

VANIDADES

VANIDADES.COM

BELLEZA

CUERPO DE VERANO

TRUCOS INFALIBLES PARA ACTIVARTE Y LUCIR MÁS LIGERA

PHILIP TREACY

EL DISEÑADOR DE LOS SOMBREROS MÁS COTIZADOS DE LA REALEZA

HOLLYWOOD

BRAD PITT

PARECIDA A SU VIDA, LA TRAMA DE SU NUEVA PELÍCULA: F1

MODA

CAROLYN BESSETTE-KENNEDY

EL ICONO DE ESTILO QUE NOS SIGUE INSPIRANDO

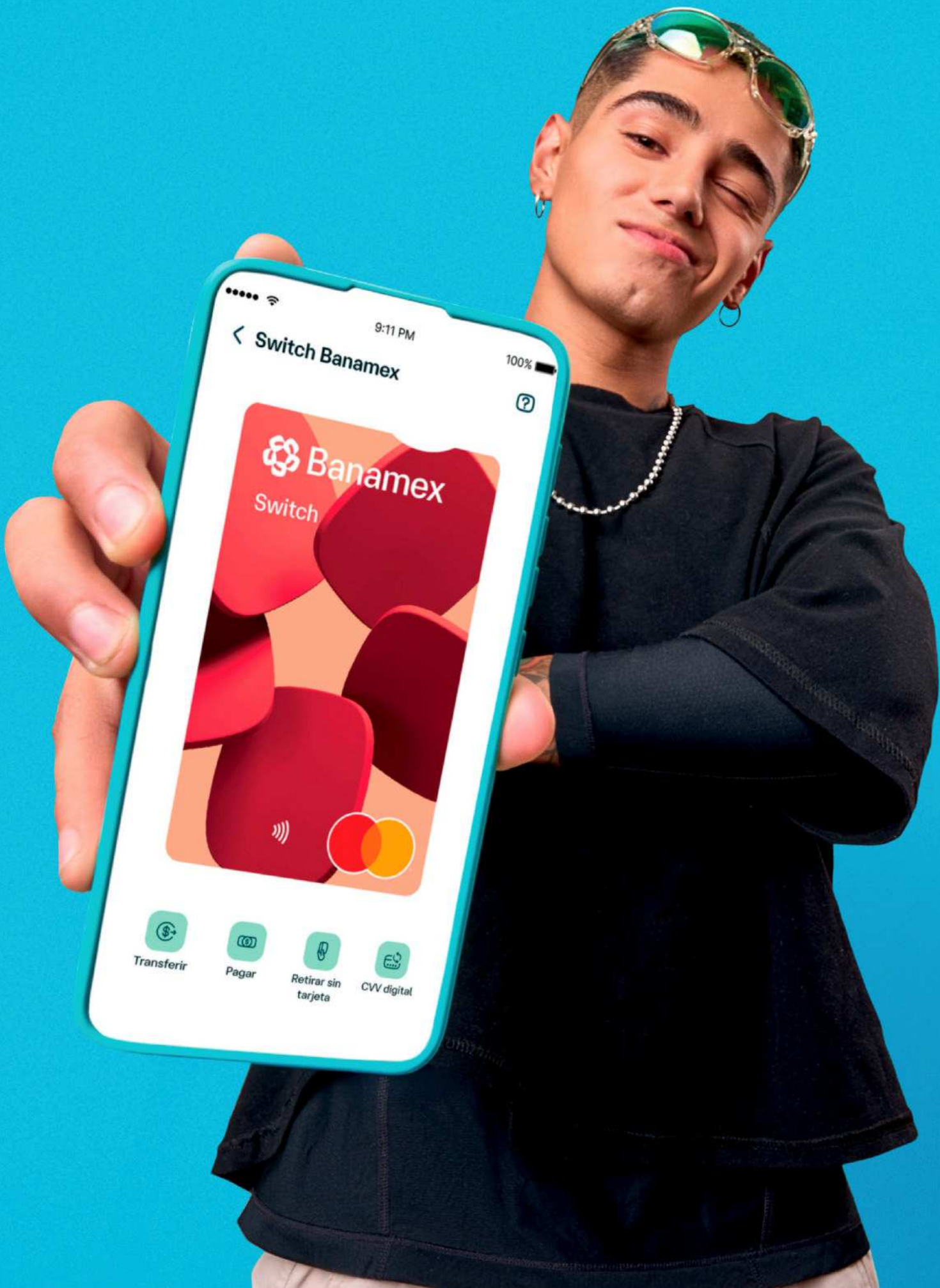
NUMEROLOGÍA

LA MAGIA DE LOS NÚMEROS A TU FAVOR

50 años de Angelina

DÓNDE ESTÁ, CUÁLES SON SUS PLANES Y LOS SUEÑOS QUE PERSIGUE COMO MADRE





< Switch Banamex

9:11 PM

100%



Banamex

Switch



Transferir



Pagar



Retirar sin
tarjeta



CVV digital

Haz Switch a una vida financiera más fácil, en minutos.

Abre tu cuenta Switch Banamex desde tu cel en banamex.com/switch



Banamex

Aquí. Para ti. Siempre.

VANIDADES

DIRECTORA EDITORIAL

Cynthia Leppäniemi
cleppaniemib@ollamani.com

Daniella Cepeda Espadín
COORDINADORA EDITORIAL

Beatriz Velasco
COORDINADORA DE BELLEZA Y MODA

Mari Rodríguez Ichaso
CORRESPONSAL EN NUEVA YORK

Nancy Gabriela Lazcano Castro
DIRECTORA DE ARTE

Karen Luna
EDITORIA WEB

Gabriela Santillán
COEDITORIA WEB

Número
telefónico para
venta de suscripciones:
55 9085 9000

Atención a suscriptores:
55 9344 0404

COLABORADORES

Rosalinda Ballesteros, Mara Patricia Castañeda, Mónica de la Torre,
Rocío Flores Tapia, Nonantzin Martínez, Araly Mendoza, Déborah Uranga,
Saadi Sámano Valencia, Sóstenes Tovar.

EDITORIAL TELEvisa

Ángel Fuentes
DIRECTOR GENERAL

Lucía Alarcón de Zamacona
DIRECTORA EDITORIAL

María Elena Domínguez Rosales
DIRECTORA COMERCIAL

Mauricio Rodríguez Galindo
DIRECTOR DE MARKETING

Priscila Martínez Solorio
Daniela Portilla Ostos
Judith Ruiz Gutiérrez
COORDINACIÓN COMERCIAL

MÉXICO

Distribuidor exclusivo en México:
Distribuidora Intermex S.A. de C.V.,
Lucio Blanco N° 435,
Alcaldía Azcapotzalco,
C.P. 02400, Ciudad de México.
Teléfono: (01 5255) 52-30-95-00

COSTA RICA

Ciamesa, S.A., Uraca 75 mts
Noreste puente Juan Pablo II,
San José de Costa Rica.
Teléfono: (506) 2436-7000

PANAMÁ

Distribuidor Lewis, S.A.,
Calle 2°, Parque Industrial,
Costa del Este, Panamá.
Teléfono: (507) 200-1888



TuSuscripcion.com
Distribuidor exclusivo en México

© VANIDADES. Marca Registrada. Año 65 N° 6. Fecha de impresión: 10 de mayo de 2025. Revista mensual, editada y publicada por **EDITORIAL TELEvisa, S.A. DE C.V.**, con domicilio en Avenida Santa Fe 481, piso 10, colonia Cruz Manca, C.P. 05349, Alcaldía Cuajimalpa de Morelos, Ciudad de México, tel. 55-40-00-76-09. Editor responsable: Ángel Fuentes Islas. Número de Certificado de Reserva de Derechos al Uso Exclusivo del Título VANIDADES: 04-2025-012011035700-102, ante el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Certificado de Licitud de Título y Contenido 17723, con expediente CCPRI/3/TC/25/21626, ante la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas. Distribución: Distribuidora Intermex, S.A. de C.V., con domicilio en Lucio Blanco 435, colonia San Juan Tliluaca, Alcaldía Azcapotzalco, C.P. 02400, Ciudad de México, tel. 55-52-30-95-00. Distribución en Zona Metropolitana: Unión de Expendedores y Voceadores de los Periódicos de México, A.C., con domicilio en Guerrero 50, colonia Guerrero, Alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06350, Ciudad de México, tel. 55-55-91-14-00. Impresa por: Reproducciones Fotomecánicas, S.A. de C.V., con domicilio en Durazno 1, colonia San José de las Peritas, Alcaldía Xochimilco, C.P. 16010, Ciudad de México, tel. 55-53-34-17-50. **EDITORIAL TELEvisa, S.A. DE C.V.** investiga sobre la seriedad de sus anunciantes, pero no se responsabiliza con las ofertas relacionadas por los mismos. **EDITORIAL TELEvisa, S.A. DE C.V.** no asume ninguna responsabilidad con respecto a la información publicada. El objetivo de **EDITORIAL TELEvisa, S.A. DE C.V.** es mantener la información actualizada y precisa. Si se nos informan errores, trataremos de corregirlos. **ATENCIÓN A CLIENTES:** a toda la República Mexicana. Tel. 55-93-44-04-04. Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura del editor de la publicación.
Queda estrictamente prohibida la reproducción total o parcial del contenido e imágenes de la publicación sin previa autorización de **EDITORIAL TELEvisa, S.A. DE C.V.**

IMPRESA EN MÉXICO - PRINTED IN MEXICO.

TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS.
ALL RIGHTS RESERVED.
© Copyright 2025.
ISSN 1665-7519



**EDITORIAL
Televisa**

WWW.TUSUSCRIPCION.COM



VANIDADES

22

VANIDADES DE LA MODA

Recordamos el estilo icónico de Carolyn Bessette-Kennedy y su influencia actual.

26

MODA

El diseñador de los sombreros más cotizados de la realeza y las celebridades, Philip Treacy, nos relata su historia.

34

BELLEZA

Descubre las estrategias de nuestros expertos para realzar tu figura y proyectar una imagen radiante.

46

PORTADA

Lejos de conformarse con encasillamientos superficiales, Angelina Jolie ha esculpido una narrativa personal poderosa, transformando su imagen en un instrumento de su propia voluntad y visión. Ahora celebramos su cumpleaños 50.

PORTADA: ANGELINA JOLIE | FOTOGRAFÍA: GETTY IMAGES.



40

BELLEZA

No hay ningún pretexto válido, necesitas cuidar tu piel del sol. Aquí están los mejores protectores.

52

HOLLYWOOD

Brad Pitt, el eterno galán de Hollywood, se lanza a la pista con *F1*, una trama parecida a su propia vida.

58

REALEZA

Te contamos la historia de la princesa que se divorció por amor: Soraya de Irán.

64

ESCÁPATE

Conoce cuáles son los mejores destinos para vacacionar en familia.

EN CADA EDICIÓN

- 7 Showbiz
- 14 Infraganti
- 18 Update
- 20 Arte
- 21 Libros
- 31 El look
- 32 Tu estilo
- 44 Beauty News
- 45 Los expertos responden
- 80 Salud
- 86 Vanigrama
- 93 Vanidades
- 96 Horóscopos



Puedes obsesionarte con las pequeñas derrotas. O celebrar las pequeñas victorias. Celebra algo, por pequeño que sea, y deja atrás todos los “si yo hubiera...”.

El paso del tiempo es implacable. En un abrir y cerrar de ojos ya estamos a mitad de año, quizás algunos proyectos que tenías en mente se han logrado, tal vez otros siguen a la espera de que te animes a empezarlos y otros más dejaron de ser proyectos que perseguir.

Dice Ali Abdaal, divulgador de la ciencia del bienestar y la productividad, que hay tres grandes obstáculos para empezar las cosas: la incertidumbre, el miedo y –tal vez el más complicado de superar– la inercia, el bloqueador emocional más habitual. Abdaal hace referencia a la primera ley de Newton que describe que se necesita más energía para cambiar de estado que para permanecer en el mismo; es decir, que si no estás haciendo nada, lo fácil es seguir sin hacer nada, y si estás haciendo cosas, lo fácil es seguir haciéndolas. Pero es probable, y muy válido, que sientas que te falta un motivador para comenzar, un empujón. Lo que es importante identificar, dice el médico, es esa tendencia a “flagelarnos” por las cosas que no hemos empezado o que realizamos mal. Torturarte por ello o porque no pudiste mantener el ritmo en la ejecución de una tarea reduce todavía más las probabilidades de que inicies a hacer algo que valga la pena. Y la única manera de romper este círculo vicioso es perdonarte y celebrar tus pequeñas victorias.

Nos gusta cómo ha pasado el tiempo por Angelina Jolie o, mejor dicho, cómo “ha aprendido a no correr tras el tiempo, sino a habitarlo”, en palabras de Déborah Uranga, quien escribe nuestro reportaje de portada. Este mes, la actriz cumple 50 años y, aunque se ha dejado ver poco, sabemos que está activa en proyectos que la apasionan y es palanca para impulsar a sus hijos en sus propios intereses. Ella es una mujer para quien la maternidad y la conciencia social son “pilares inseparables de su identidad”, y ha sabido dejar atrás torbellinos de escándalos y usar su estatus de celebridad para impulsar proyectos en los que cree. Y si bien no es una de esas actrices con gran carisma, de esas que aquí amamos, celebramos su metamorfosis y el estilo sereno y discreto que ha elegido, y que hoy la visten de una elegancia y una clase que no le veíamos hace 20 años. Dirían nuestras abuelas que “se ha pulido”.

Te invito a disfrutar cada página, las historias y consejos que integran esta edición, tal vez encuentres esa palabra que señale el empujón que necesitas para empezar aquel sueño o cambio en tu vida que tanto anhelas.

Cynthia

Instagram icon @cynthialeppaniemi

Nuestra portada

De protagonizar *Legalmente rubia* a liderar un exitoso club de lectura, a sus 49 años la capacidad de renovarse de Reese Witherspoon nos sorprende.



“Wow, ¡excelente!”.

—ALÁN HERNÁNDEZ

“Admiro muchísimo a Reese. Ha sido muy clara en cuanto a la igualdad salarial y las oportunidades para las mujeres en Hollywood y, de hecho, está haciendo algo al respecto. Siempre me entusiasman sus proyectos”.

—PRISCILLA GONZÁLEZ

ESTAMOS CONTIGO



En contacto

Escanea el código para suscribirte a nuestro boletín informativo y estar al tanto de lo último en realeza, entretenimiento, moda, belleza y más.



De buenos genes

“Quizá sea porque estoy más cerca de la edad de las madres que de las hijas, ¡pero prefiero a las mamás! Ah, la genética”.

—MARIANA ALVARADO

El adiós de una era

“Me encanta su estilo. Es elegante por naturaleza, por eso ha prosperado tanto. No puedo creer que hayan pasado 25 años desde que tomó la dirección de Versace. Ahora, ella es una leyenda, honestamente superó a Gianni en mi opinión”.

—LISSANDRA FERNÁNDEZ



Buenos deseos

“¡Infanta Sofía, felicidades! Deseo que tus proyectos de vida se hagan realidad”.

—SONIA CARRILLO



Consejos útiles

“¡Amo todos tus tips! Lo tomaré en cuenta en mi próxima limpieza de clóset”.

—CARO MANSABEL

SHOWRIZ

NUEVA YORK · MIAMI · PARÍS · LONDRES · MADRID

REVELACIÓN

Interpretando el código de vestimenta *Tailored for You*, **Rihanna** acudió a la gala del MET con un moderno ensamble de sastrería que abrazaba la redondez de su vientre. ¡y es que la cantante y empresaria está esperando su tercer bebé! La artista nos ha acostumbrado a *looks* premamá icónicos y éste no es la excepción, sobre todo por los accesorios: un broche-reloj de diamantes de Cartier y un juego de broches dobles de diamantes *art déco* de Bvlgari.

SHOWBIZ

NUEVA YORK • MIAMI • PARÍS • LONDRES • MADRID

POR MARI RODRÍGUEZ ICHASO



GEORGE CLOONEY

TU PRÓXIMA CITA EN BROADWAY

Hay obras muy importantes que les recomiendo, como el drama de **George Clooney** *Good Night, and Good Luck*. ¡Ver a George de cerca bien vale la pena, pues es guapísimo y un actor fantástico! Tampoco se pierdan el divertido y muy suntuoso musical *Moulin Rouge*, y el *revival* de *Sunset Boulevard*, una maravilla con Tom Francis y **Nicole Scherzinger**. Broadway está en un momento ideal.



MEGHAN MARKLE

Qué exagerada

En un convoy de cuatro autos negros estilo Range Rover con vidrios polarizados de alta seguridad y varios guardaespaldas, llegó la duquesa de Sussex, **Meghan Markle**, a ver el musical **Gypsy** en Broadway, un acto innecesario y ridículo. La prensa habló de ella sin piedad y es que nadie llega así a un teatro por muy *VIP* que sea, ni siquiera Barack Obama. Y después se queja de que la critiquen tanto.



KATE MOSS Y NAOMI CAMPBELL

Tras el nuevo accesorio viral

Los colgantes **Petra Shell** de la diseñadora Juju Vera son tan codiciados que hay lista de espera para poderlos comprar. Las modelos **Kate Moss** y **Naomi Campbell** tienen unos, igual que Madonna, que se los regaló su hija

Lourdes por su cumpleaños. Lo que comenzó como una pieza estilo *vintage*, ya es un accesorio viral. Yo realmente lo encuentro bonito, pero no veo la razón de la locura que ha provocado el Petra Shell Necklace.

Collar,
**PETRA
SHELL***



Lujo que mantiene su valor

Acabo de ir a una presentación muy interesante de la industria del lujo, y el bolso **Dior Saddle Bag** encabeza la lista de los diseños que mantienen un alto valor, incluso de reventa, seguido de otros de Dior, Hermès, Louis Vuitton, Chanel, Fendi y Gucci. Y entre los relojes masculinos está el **Rolex Submariner Watch**, que aumenta su valor año tras año. ¿Qué les parece?



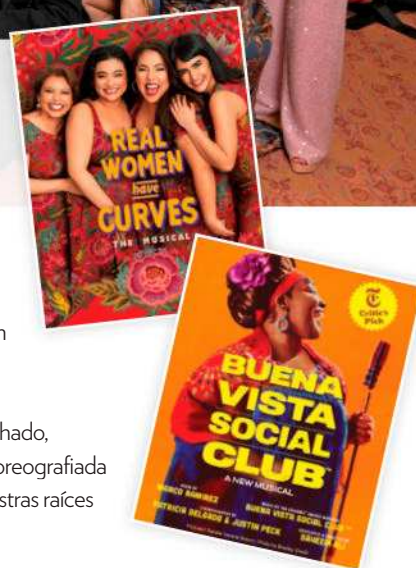
“Llevar ropa muy bella y de muy buena calidad para muchas personas es como un pasaporte a la felicidad. No exagero... así es”.

-Yves Saint Laurent



El sabor latino conquista

Dos musicales han puesto a Broadway de cabeza, ¡es una locura! Uno de ellos es **Buena Vista Social Club**, con un elenco fabuloso y la dirección de Saheem Ali. El público sale bailando del teatro, incluidas muchas celebridades como J.Lo, Sofía Vergara, **Eva Longoria** y **Gloria Estefan**. Personalmente, me sentí orgullosa de ser latina mientras lo veía, y también mi hija y mi nieta, que no nacieron en un país latino, pero tienen sangre. Otro musical fabuloso es **Real Women Have Curves**, con melodías de la compositora y ganadora del premio Grammy, Joy Huerta, y Benjamin Vélez. Con Justina Machado, Florencia Cuenca, Shelby Acosta y un gran elenco, está dirigida y coreografiada por Sergio Trujillo. ¡Estoy realmente encantada de que triunfen nuestras raíces en Broadway! Enhorabuena.



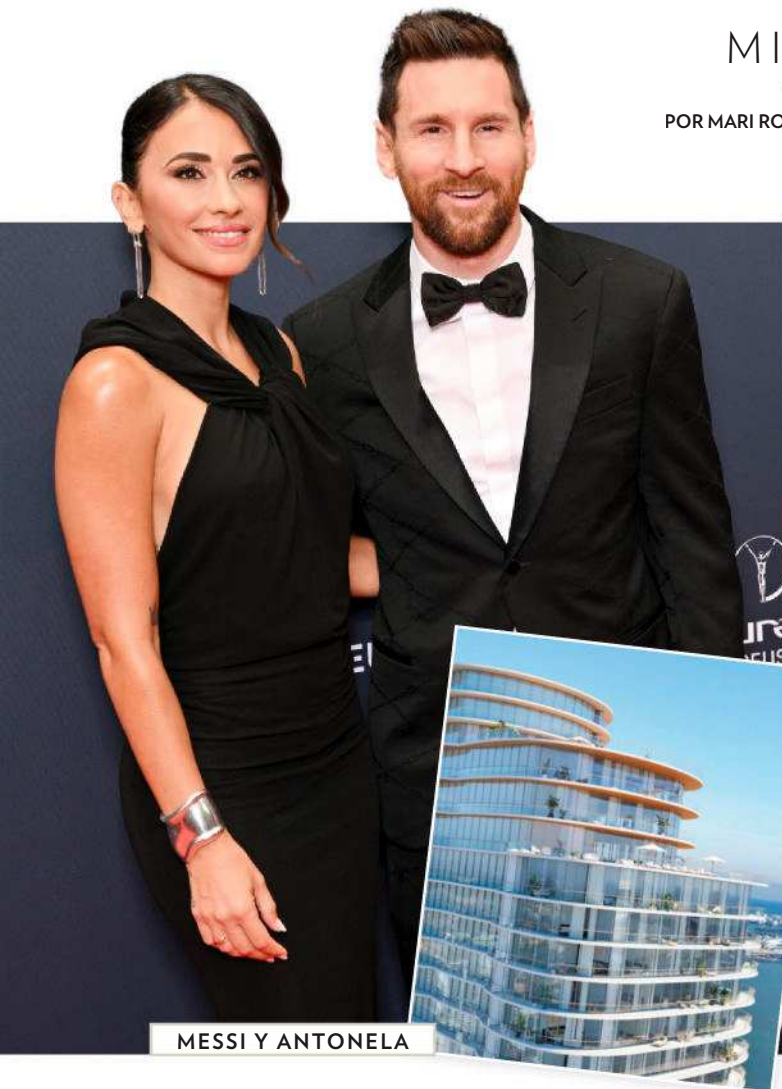
Cenas casuales y deliciosas

Muchas personas me preguntan dónde comer antes o después de los teatros de Broadway y aquí tienen unos sitios excelentes. Prueben cocina cubana en Victor's Café y disfruten de la sazón mexicana en Toloache. ¿Les gusta lo clásico e internacional? ¡Vayan a Sardi's! Si quieren platillos americanos y más informales prueben en Junior's. Para un menú italiano estilo familiar, nada mejor que Tony's Di Napoli. ¿Desean comida china *supertrendy*? Saboreen el menú de **Din Tai Fung**, y encuentren un buen BBQ americano en Virgil's Real Barbecue. ¿Y algo muy informal, tipo comida rápida mexicana genuina? Seguro les encantará el sencillo Los Tacos Número 1.



MIAMI

POR MARI RODRÍGUEZ ICHASO



MESSI Y ANTONELA

SIEMPRE GLAMUROSOS

Lionel Messi compró varios apartamentos de lujo en las elegantes residencias **Cipriani**, el edificio más *chic* y codiciado de la ciudad. Se comenta que el futbolista las adquirió como inversión de su creciente fortuna. El argentino, su esposa Antonela y su familia viven felices en Miami, donde él es un ídolo. ¡Bravo!

GLORIA Y EMILY ESTEFAN

Estrenan musical

Gloria Estefan y su hija **Emily**, cuya música me encanta, son las autoras de un nuevo musical que va camino a Broadway y que ya se estrenó en Atlanta. Pero lo que no entiendo es por qué lo titularon *Basura*. ¿Por qué usar esa palabra que implica tantas cosas desagradables y cuya traducción en inglés, *garbage*, es tan contraproducente?



Qué hay de nuevo en Nobu

El renovado **Nobu de Miami Beach**

tiene muchos clientes fieles y famosos, como **Shakira**, la modelo Naomi Campbell y **Tom Brady**, a quien hemos visto con distintas chicas,

eso sí, muy guapas todas.

Aun así, el restaurante quiere recobrar clientela ofreciendo un *brunch*, una de las comidas favoritas y más populares entre los miamenses y viajeros. Nobu, que ha tenido gran competencia por la infinidad de nuevos restaurantes que han abierto en la ciudad, está situado dentro del encantador Nobu Hotel en Collins Avenue y la calle 45.



VICTORIA BECKHAM

¿Regresará o no?

Muchos se preguntan si pasada la temporada de verano veremos a **Victoria** viviendo de nuevo en este destino. La diseñadora ha hecho el enorme sacrificio de complacer a su marido y a sus hijos, pero ella prefiere vivir en su querido Londres. Además, no le gusta el calor de Miami, ¡ni el olor a ajos de la comida latina!

PARÍS LONDRES

POR MARI RODRÍGUEZ ICHASO



PARÍS

DAVID HOCKNEY Y CHARLES WORTH

EXHIBICIONES ÚNICAS

Estos meses verás dos muestras maravillosas: la enorme retrospectiva del pintor **David Hockney** en la Fundación Louis Vuitton, hasta el 31 de agosto, y la exposición de la moda de **Charles Worth**, creador de la alta costura, disponible hasta el 7 de septiembre en el Petit Palais, del Musée des Beaux-Arts de la ville de París. Si te gusta la divina serie *The Gilded Age*, pues esa es la ropa creada por Worth para las herederas estadounidenses que viajaban a Europa a comienzos del siglo XX para casarse con jóvenes condes, marqueses y príncipes arruinados, ¡pero con grandes títulos!



Algo extraño ocurre

La bellísima tienda La Samaritaine, restaurada a su gran esplendor por los dueños de LVMH, no tiene la afluencia que se esperaba. Y aunque entre sus clientas se encuentran la primera dama de Francia **Brigitte Macron** y la reina **Rania de Jordania**, siempre está vacía. ¿Por qué la gente ya no se anima tanto a comprar en tiendas?



LONDRES

El color que intriga

Cada vez que **Meghan Markle** muestra una imagen de espaldas de sus hijos Lilibet y Archie, Londres se alborota de curiosidad. ¡Y el pelo rojo de ambos niños es motivo de conversación! Muchos critican a los Sussex de usar estas fotos de los niños para atraer aún más la atención, otros lo ven como un modo de proteger su identidad. Y ustedes, ¿qué creen?

FOTOGRAFÍAS: INSTAGRAM @MEGHAN



María Hervás

DANI MARTÍN

¿BEBÉ EN CAMINO?

El cantante **Dani Martín** y la actriz **María Hervás** están enamorados y listos para dar el siguiente paso: convertirse en padres. Desde que se dio a conocer su relación, el artista ha hablado en varias ocasiones sobre su deseo de formar una familia.

“Es un sueño para mí (ser padre). Me encantaría, y lo he dicho muchas veces. Creo que ahora es el momento para serlo”.

—Dani Martín



HOTEL EMPERADOR

¡Date un respiro!

Antes de que comiencen las vacaciones de verano las terrazas de los bares ofrecen el mejor ambiente... ¡y también las piscinas! El **Hotel Emperador**, en plena Gran Vía, dispone de 1,200 metros cuadrados de terraza y una alberca con vistas espectaculares. La entrada, si no eres huésped, cuesta aproximadamente 65 euros. Otra opción ideal es el Hotel Room Mate Óscar, donde, además de nadar, podrás disfrutar de un coctel mientras descansas en una de sus exclusivas camas balinesas. Un lujo para desconectarte.

RAUW Y MARC

Con sabor a Puerto Rico

Dos de los artistas más aclamados de ese país aterrizan en Madrid con *shows* que prometen hacernos vibrar. El 29 de junio **Marc Anthony** repasará sus grandes éxitos y presentará material en el Movistar Arena. El 5 de julio será el turno de **Rauw Alejandro**, quien arrasará con su esperada gira mundial *Cosa Nuestra World Tour*, donde interpretará los temas de su quinto álbum, una explosiva mezcla de *afrobeat*, reguetón y *dancehall*. Más información: movistararena.es





“UN BURRITO CON TODO”

Jennifer Lopez no se encuentra rompiendo la dieta, sino en plena filmación! La actriz participa en una nueva comedia romántica llamada *Office Romance*, que se está rodando en Hoboken, Nueva Jersey, y donde trabajará con Brett Goldstein, Betty Gilpin y Edward James Olmos.



Broche memorable

Durante el pasado *Baile de la Rosa*, **Carolina de Mónaco** deslumbró con una pieza especial. Se trata de un espectacular broche de diamantes en forma de un ramo de flores de la firma francesa Chaumet, que Karl Lagerfeld le regaló hace tiempo.



“RÁPIDA Y GLAMOROSA”

De las pasarelas al set de filmación, **Bella Hadid** está incursionando en la actuación bajo la dirección de Ryan Murphy. Su primer proyecto es una serie titulada *The Beauty*, y trata de un mundo distópico en el que una enfermedad de transmisión sexual hace a las personas más atractivas.



FUERZA DE REY

Con ánimo competitivo y muy buen humor, **Máxima y Guillermo Alejandro de Holanda**, de 54 y 58 años, asistieron a la inauguración de los decimoterceros Juegos del Rey (Koningsspelen), una celebración tradicional que tiene por objeto promover el ejercicio en los niños a través de competencias y actividades deportivas.



“¡PURA VIDA!”

Ivanka Trump pasó sus vacaciones en Costa Rica, donde disfrutó de actividades al aire libre, particularmente del surf en las playas del Pacífico. Acompañada de su esposo Jared Kushner y sus hijos, la hija del presidente estadounidense mostró una actitud relajada y deportiva.



¡GOOOOOOL!

El pequeño príncipe **George**, 11 años, ha demostrado ser todo un apasionado del fútbol, al igual que su padre, **el príncipe William**, de 42. Ambos mostraron su total apoyo al club Aston Villa y, lejos del estricto protocolo del palacio, no dudaron en festejar efusivamente cada una de las anotaciones de su equipo.



SIMETRÍA PERFECTA

Con su estilo visual único, Wes Anderson vuelve con la cinta ***The Phoenixian Scheme***, una comedia negra de espionaje. La película dispone de un elenco de primer nivel: **Benicio del Toro** (en el papel protagonista), **Mia Threapleton**, Michael Cera, Tom Hanks, Scarlett Johansson, Bryan Cranston, Benedict Cumberbatch y Jeffrey Wright, entre otros. Se estrena el 30 de mayo.



MÚSICA

¡Con café!

Los músicos españoles regresan a México con *Miami 1990* (2025), un álbum conceptual que evoca el cine de acción de los 90. Su espectáculo en vivo se distingue por mezclar música, anécdotas y teatralidad, consolidando su versatilidad artística. Toma nota, porque la gira del grupo **Café Quijano** incluirá Monterrey, Guadalajara y Ciudad de México.



ARTE

Artesanías de gira

Con la presencia de 250 artesanos de todo el país, se llevará a cabo el Primer Encuentro Nacional de Arte Decorativo y Utilitario, **ORIGINAL**, en Los Pinos. Este 12 de junio podrás comprar piezas de cerámica, cartonería, orfebrería y más.

MÚSICA

Al natural

En su tercera edición, el **Festival Paax GNP** ofrecerá una inmersión en música sinfónica y danza de primer nivel. Del 19 al 29 de junio, el Hotel Xcaret Arte será el escenario de las presentaciones. El evento dispone de la dirección artística de **Alondra de la Parra**.





MARA PATRICIA
CASTAÑEDA

Coordinadora de Televisión
Espectáculos, periodista
y conductora
www.marapatricia.com

Eva celebra la vida

El rostro de Eva Longoria refleja la total plenitud de una mujer de 50 años.

Hace un par de meses, Eva cumplió cinco décadas de vida. Es un rostro interesante e importante del mundo del espectáculo internacional por muchas razones, entre ellas, sus obras benéficas o el hecho de ser dueña de un equipo de fútbol mexicano y hasta de una marca de tequila. Por supuesto, tiene grandes logros en las pantallas grande y chica, y ha logrado obtener el éxito de todo ser humano: una familia feliz.

En su reciente visita a México, Eva visitó muchos lugares. Hizo una parada obligada en la ciudad para encontrarse con algunos medios de comunicación y platicar de la película *Alexander and the Terrible, Horrible, No Good, Very Bad Road Trip*. El encuentro fue en el hotel Sofitel de Reforma.

Eva apareció acompañada del *crew* de la plataforma Disney+, que transmite la película, vestida de manera sencilla, en color neutro y con tenis a juego, ¡lució muy relajada, superbien maquillada y con el pelo informal! La actriz de 1.57 metros de estatura, caminó con

una gran sonrisa, paz y tranquilidad. La empresaria estadounidense de origen mexicano produce, dirige y actúa en este largometraje cargado de situaciones que divierten y enaltecen la cultura mexicana. Los actores que participan con ella son de origen hispano y conjuntan un maravilloso reparto que logra transmitir una estupenda energía.

La charla fue en español, pues, aunque ella nació y creció en Estados Unidos, su marido es mexicano y Eva habla los dos idiomas perfectamente, pero con acento estadounidense. Sin duda alguna, es una mujer divertida, glamurosa y comprometida con difundir nuestra música, gastronomía y fabulosa sabiduría ancestral.

UNA MUJER DE FAMILIA

¡Me encanta ver a Eva feliz! Se encuentra casada con un empresario y juntos conviven con los hijos de su esposo, y a Santi, el hijo de ambos, lo educan en las dos costumbres. Salen de vacaciones, cocinan y conviven mucho tiempo juntos, sin duda, disfrutan de una linda experiencia de vida. Así que, para mi gusto, el éxito real de la actriz Eva Longoria es, por supuesto, su familia.

¡Nos leemos en la próxima, mis queridas mujeres *Vanidades*!





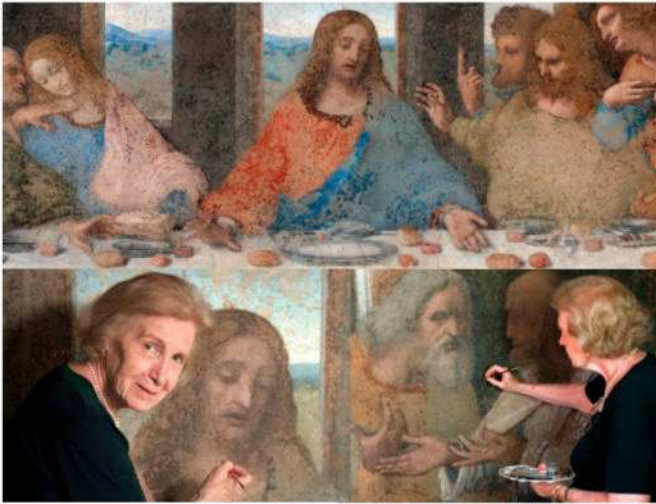
LOS TESOROS DE WES ANDERSON

Desde sus primeros filmes hasta las joyas contemporáneas, la exposición **Wes Anderson** recorre la evolución del lenguaje visual y narrativo del director de cine estadounidense, incluidas las referencias e inspiraciones que dan forma a su inconfundible estilo. Observa sus objetos fetiche en la *Cinémathèque française* (Cinemateca Francesa), París, hasta el 27 de julio.



UN NUEVO COLOR

Llamado **olo**, el nuevo tono fue descubierto mediante la estimulación láser precisa de células individuales en la retina humana. Se trata de una especie de azul verdoso saturado que no puede ser visto en condiciones naturales ni reproducido en medios convencionales, y sólo ha sido percibido por un pequeño grupo de personas en un entorno experimental, gracias a las investigaciones de un equipo de la Universidad de California, en Berkeley, y la Universidad de Washington.



EL ERROR DE LEONARDO DA VINCI

Su versión de **La última cena** es icónica, pero casi desaparece debido a la técnica empleada y porque debajo del baptisterio pasaba un río que humedecía la pared y absorbía los pigmentos. Con el tiempo, los intentos para conservar la pintura alteraron la fisonomía, rasgos y expresiones de los apóstoles y de Jesús. Hasta la llegada de Giuseppina Brambilla, italiana que dedicó más de 20 años a restaurar la memorable escena.



ENVEJECIMIENTO SALUDABLE

Elle MacPherson inauguró una serie de clases magistrales en el **Dior Spa Plaza Athénée de París**. Se trata de un espacio exclusivo de bienestar y lujo que combina la elegancia parisina con tratamientos innovadores, como la electroestimulación y crioterapia. La modelo enfatizó que en la belleza todo suma, lo que comes, lo que te aplicas y lo que piensas.



¿CHATGPT GASTA AGUA?

La potencia computacional que necesitan los modelos de inteligencia artificial demanda electricidad y, para refrigerar el **hardware** usado, se emplean toneladas de agua. “Que esto se llame ‘computación en la nube’ no significa que el **hardware** resida en la nube. Los centros de datos están en nuestro mundo físico y, debido a su consumo de agua, tienen implicaciones directas e indirectas para la biodiversidad”, afirma Noman Bashir, becario de impacto del MIT Climate & Sustainability Consortium.



EL LEGADO DE MAURICE SENDAK

Desde algunos de sus dibujos hasta las obras que lo inspiraron (como las primeras ediciones de los libros ilustrados a mano de William Blake), Christie's subastará 80 lotes con objetos de la colección del fallecido artista y autor del libro infantil *Donde viven los monstruos*. El dinero recaudado financiará el programa de residencia en la Fundación Maurice Sendak.

TESOROS EGIPCIOS

También conocido como el Museo de Guiza, el Gran Museo Egipcio es el más grande del mundo dedicado a una sola civilización.

POR BEATRIZ VELASCO

Resulta curioso que mientras la Gran Pirámide de Guiza tardó en construirse, aproximadamente, 27 años, la inauguración del primer Gran Museo Egipcio lleva 20 años de preparativos (la primera piedra se colocó en 2005). ¿La razón? La inestabilidad política del país, la pandemia de COVID-19, las dificultades económicas y la complejidad inherente al proyecto.

Obra del despacho irlandés Heneghan Peng Architects, la colosal edificación representa una fusión armoniosa entre la modernidad arquitectónica y la riqueza histórica del Antiguo Egipto. La entrada está presidida por una estatua de Ramsés II, de 3,200 años de antigüedad y 83 toneladas de peso, rodeada de estanques de agua poco profundos. Detrás de la imponente escultura se despliega una escalinata ascendente, que lleva a un espectacular mirador, con vista panorámica de las pirámides. En general, el diseño del espacio se articula en torno a tres ejes visuales que convergen con las pirámides de Guiza, estructurando el espacio en zonas temáticas que guían al visitante a través de la cronología egipcia.

Considerado como el museo arqueológico más grande del planeta, pues se extiende en una superficie de 490 mil metros cuadrados, el museo no ha sido inaugurado de manera oficial. Sin embargo, desde hace algunos meses se realizan visitas guiadas por un costo especial. Es, a través de estos recorridos, como hemos conseguido un pequeño adelanto de los tesoros expuestos y es que alberga más de 100 mil artefactos.

El recorrido comienza desde la Gran Escalera, los escalones sirven de plataforma de exhibición para figuras prominentes del panteón faraónico, incluido a Tutmosis III y Hatshepsut, a manera de una introducción majestuosa a la rica historia del Antiguo Egipto.

Entre las joyas históricas exhibidas, la que más ha generado expectativa es la tumba de Tutankamón. Descubierta por el arqueólogo británico Howard Carter



1. El museo está situado a dos kilómetros de las pirámides de Guiza, en la meseta desértica entre las pirámides y El Cairo.

2. De los 100 mil objetos expuestos, 20 mil serán mostrados por vez primera.

3. La instalación está preparada para recibir hasta 15 mil personas cada día.

en 1922, la cripta contenía cerca de 5 mil piezas, desde el sarcófago hasta divanes, sillones, joyas, obras de arte, tronos y altares. Originalmente, en un intento de conservarlas, las piezas fueron cubiertas con cera, algo que se ha descubierto que tiene efectos nocivos.

Es por eso que, detrás de lo que se expone en las 12 galerías del nuevo museo, destaca la labor de un avanzado centro de conservación y restauración. “El centro de conservación ha recibido 46 mil artefactos hasta ahora (abril de 2019), y hemos finalizado la remodelación de 42 mil”, relata Faten Mohammad, representante de relaciones internacionales del Gran Museo Egipcio, a CNN.

El costo total de su construcción es tan imponente como su estructura y legado, se calcula que representó una inversión de entre mil y mil 500 millones de dólares estadounidenses (cerca de 17 mil y 25,500 millones de pesos mexicanos). La financiación de este proyecto monumental involucró préstamos internacionales, principalmente de Japón, así como la implementación de campañas de recaudación de fondos.



LIBROS

POR CYNTHIA LEPPÄNIEMI



En **Los cambios hormonales** (Aguilar), la **Dra. Tasneem Bhatia**, médica certificada en medicina integrativa y miembro de la junta del sureste de la UNICEF EUA, analiza exactamente lo que sucede en el cuerpo de la mujer a lo largo de su vida y explica cómo casi todos los aspectos de la salud están conectados con las hormonas. El libro ofrece una profunda inmersión en modalidades occidentales y orientales para lograr un plan personalizable de reinicio hormonal de 30 días, que aporta una estrategia específica de pequeños ajustes en nuestro estilo de vida.

Existe algo que se llama la sabiduría del descanso, que sucede cuando el cuerpo recupera su sabiduría innata mediante los momentos de pausa que hacemos en el día. El problema es que no sabemos descansar y desacelerar nuestro ritmo, necesario para mirar hacia adentro y aprender a reconocer nuestros propios ritmos. Este libro, **Date un descanso** (Diana), de **Ashley Neese**, llega en el momento más oportuno, para convencernos de que la mejor manera de lograr la vida soñada es desacelerando y aprendiendo a pausar.

Mientras Estados Unidos se prepara para la guerra de Irak, Tassie, una chica de campo, empieza a trabajar como niñera para un matrimonio de blancos que ha adoptado a una niña afroamericana. Poco a poco, Tassie se encariña con ella como si fuera su propia hija, pero la vida revela sus inevitables secretos: los padres adoptivos ocultan algo, y su descubrimiento romperá para siempre los lazos entre Tassie y la pequeña. **Al pie de la escalera** (Booket), de **Lorrie Moore**, es una novela sobre adopción, perspicaz e inteligente.

En **Qué harías si no tuvieras miedo** (De Bolsillo), de **Borja Vilaseca**, encontrarás inspiración para salir de tu zona de confort

en lo profesional y atreverte a los cambios que demandan estos nuevos tiempos, y es que el mundo para el que fuimos educados está dejando de existir y las reglas del juego económico han cambiado. Para quienes pertenecemos a la generación de transición entre dos eras: la industrial/analógica y la del conocimiento/digital, no hay más que reinventarnos o

quedaremos obsoletos y fuera del mercado. Este libro ofrece una muy interesante reflexión sobre el actual panorama, sus retos y la manera en que podemos desarrollar una profesión creativa, útil y con sentido, que aporte mucho valor añadido y nos retribuya con ingresos económicos abundantes en esta nueva era.

Te veo en el lago (Ediciones B), de **Carley Fortune**, es la novela ideal para este verano. Llena de nostalgia, trata de una historia de amor y de segundas oportunidades. La protagonista, Fern Brookbanks, ha malgastado años pensando en Will Baxter, a quien conoció sólo 24 horas, suficientes para enamorarse. Prometieron reencontrarse un año después, pero él no acudió a la cita. Sin embargo, Will reaparece con nueve años de atraso, una maleta y una oferta para ayudarla cuando ella más lo necesita. ¿Podrá confiarse de este hombre que se parece tan poco al que conoció?



REFERENTE DE ESTILO

CAROLYN BESSETTE-KENNEDY

La exitosa publicista neoyorquina, esposa de John F. Kennedy Jr., es la perfecta musa del minimalismo noventero. A 25 años de su partida, su *look* resurge en esta primavera como un icono de moda.

POR BEATRIZ VELASCO

LUJO SILENCIOSO

Embajadora del *quiet luxury* (antes de que el término se inventara), Carolyn priorizó la calidad y la atemporalidad sobre la ostentación.

TIP

Haz que la camisa blanca sea la protagonista, mantén los accesorios al mínimo.



TIP

Combina jeans con camisas blancas o suéters ligeros, para looks relajados pero elegantes.



TIP

Elige un *blazer* de corte limpio en tonos neutros, como negro, camel o blanco.

CORTES IMPECABLES

Los *blazers*, de siluetas limpias y estructuradas, reflejaban una sofisticación atemporal.



RELAJADA ELEGANCIA

La capacidad para elevar prendas básicas y el rechazo a las tendencias pasajeras hicieron del estilo de la aristócrata neoyorquina relevante.



VANIDADES DE LA MODA



Carolina
Herrera



TIP

Busca un corte ajustado en la parte superior y falda suelta para un equilibrio sofisticado.



Kenzo



Ulla
Johnson

SENCILLEZ Y COLOR

Aunque su armario era mayormente sobrio, este vestido floral de Chanel mostró cómo incorporar estampados con elegancia.



TIP

Combina una pieza o accesorio con animal print con prendas básicas y neutras.

NUEVO NEUTRO

El animal print puede integrarse en un look sofisticado sin resultar excesivo, la clave está en el balance.



Tory Burch



Elie Saab



Vetements



Dolce & Gabbana



Auralee



Michael Kors



TIP

Invierte en un vestido negro de calidad, se trata de una opción inteligente y sostenible.

CLÁSICO Y VERSÁTIL

Carolyn demostró que el vestido negro podía ser adecuado tanto para eventos formales como informales.



Miu Miu



Tod's



Coach

TIP

Úsala con pantalones de talle alto o una falda midi en tonos neutros para un atuendo fresco y actual.

PERFECTA SIMPLICIDAD

La playera blanca se ha convertido en un elemento esencial en el armario moderno, alineándose con el enfoque minimalista que Carolyn representaba.



MAESTRO SOMBRERERO

Celebramos al diseñador de sombreros más famoso, Philip Treacy. Sus accesorios, elevados a una forma de expresión artística, se han vuelto los protagonistas de Royal Ascot, el tradicional encuentro hípico inglés que sirve de escaparate de la alta moda.

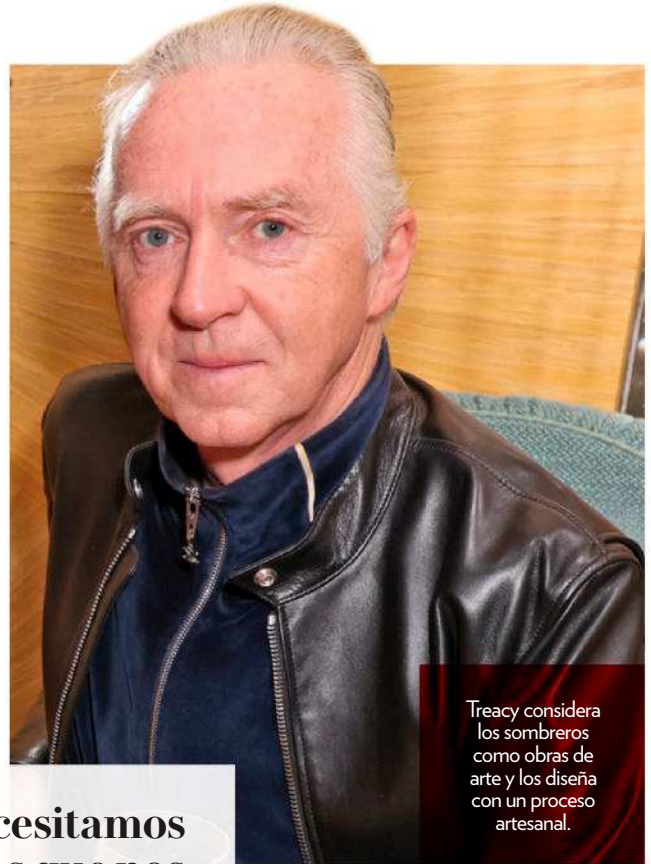
POR FLORENCIA SAÑUDO

Con 58 años recién cumplidos, Philip Treacy es el maestro sombrerero vivo más solicitado por la realeza, las celebridades y aristócratas. “He contribuido a cambiar la percepción de lo que debe ser un sombrero”, nos comentó en una entrevista exclusiva para *Vanidades*.

Hijo de un panadero, Treacy nació en 1967 en Ahascragh, un pequeño pueblo al oeste de Irlanda, y fue el menor de siete hermanos y una hermana. De pequeño solía espiar, extasiado, las bodas que tenían lugar en la iglesia de su pueblo, frente a su casa. “Para mí eran el equivalente a un desfile de moda”, recuerda.

Aquel niño no podía entonces imaginar que un día, sentado entre los invitados a la boda de Camila Parker-Bowles con el príncipe Carlos –actuales reyes de Inglaterra–, vería entrar a la novia con un tocado de su autoría. “Fue el día más increíble de mi vida. Estar allí... con una de mis creaciones, fue algo asombroso”.

El cotizado sombrerero, que actualmente radica en Londres, está al frente de una exclusiva *boutique* en Elizabeth Street, Belgravia, desde donde crea espectaculares piezas que han sido expuestas en diversos recintos, como el Design Museum, en Londres; Erarta Museum, en San Petersburgo, y el Espacio Beefeater, en Madrid, por mencionar algunos.



Treacy considera los sombreros como obras de arte y los diseña con un proceso artesanal.

“Todos necesitamos cosas bellas que nos hagan sentir bien y nos den placer”.

–Philip Treacy

Pero también cabe decir que, si yo mismo no hubiera sido una persona fuerte, no habría seguido cosiendo durante mi infancia”.

¿Cuándo descubriste tu vocación?

“Empecé a coser a los cinco años.

Mis compañeros en la escuela hacían trabajos con madera y las niñas cosían. ‘¿Por qué no puedo hacerlo yo también?’, le pregunté a la maestra y, aunque era muy estricta y me podría haber dado un golpe en la cabeza por preguntar, me respondió: ‘ok’. En mi casa, comencé a hacer vestidos y sombreros para las muñecas de mi hermana. Mi madre tenía patos, gansos y faisanes, así que contaba con todas las plumas necesarias. Ella también tenía una máquina de coser y me fascinaba ver la aguja que subía y bajaba y unía dos trozos de tela, pero no me dejaba usarla. Aun así, yo la utilizaba cuando ella salía a dar de comer a las aves”.

Todo eso sucedía en la Irlanda católica y tradicional de los años 70, ¿qué decía tu padre?

“Recuerdo que una vez estábamos en casa de un vecino y éste le preguntó: ‘¿No te parece extraño que este chico haga vestidos para muñecas?’. Mi padre respondió: ‘Que haga lo que le dé felicidad’. Hay que conocer el lugar de donde vengo para darse cuenta del valor de sus palabras.

Cuéntanos cómo llegaste a conocer a tu musa y descubridora, la editora de moda, Isabella Blow?

“Era todavía estudiante cuando llevé una de mis creaciones a la revista *Tatler*, donde Isabella era editora de moda. Un par de semanas más tarde, Issie me encargó un sombrero para su boda, con tema medieval, para llevar con el vestido de terciopelo violeta. Diseñé un tocado de encaje de oro sobre una pieza de color carne. ¡No podía creer que una novia no quisiera un velo y un collar de perlas para su boda!”.

ENCUENTRO GENIAL

Entre Blow y Treacy surgió una amistad instantánea. Todavía en su viaje de luna de miel, ella lo llamó y le propuso que fuera a vivir a su casa con ella y su marido. Él aceptó e instaló su taller en el sótano. Los amigos de la pareja aparecían a cualquier hora del día y de la noche. La excéntrica aristócrata decía: “Cuando me siento deprimida, voy a ver a Philip, me pongo uno de sus sombreros y me siento fantástica”.

Para Blow, Treacy realizó los accesorios más increíbles: sombreros en forma de cocodrilo, de langosta, de plato volador, uno de luto con 100 velos o uno de plumas de faisán, mismo con el que fue enterrada a su muerte en 2007. En 2002, la relación creativa entre ambos quedó oficialmente sellada con la exposición titulada *Cuando Philip encontró a Isabella*, presentada en el Design Museum de Londres. Posteriormente, ella también adoptaría a otro pupilo: Alexander McQueen, quien se instaló en el lugar que el creador de sombreros dejó libre, una vez que su carrera despegó.

En noviembre de 2007, el diseñador recibió la Orden del Imperio Británico, precisamente el año de la muerte de su mentora, Isabella.

¿Qué impacto tuvo Blow en tu carrera?

“Blow tenía algo inusual en el sector: un gran corazón. Su dilema era que estaba más interesada en la moda que en el negocio. Ella vivía por el arte y el drama. ¡No le importaba nada! A mí me inspiraba la manera como llevaba mis sombreros. Ella, que era una aristócrata, no era *snob*. Creía en el talento, sin importarle de dónde venía el creador. Alexander McQueen era el hijo de un taxista, y yo soy el hijo de un panadero... Su foco era la creatividad. Fue por eso que me enamoré de ella”.

La gran oportunidad de Treacy vino en 1991 cuando Karl Lagerfeld le propuso colaborar con él en Chanel. Su primera creación fue la más atinada: un sombrero como una jaula de pájaros (que posteriormente fue portada de una revista con Linda Evangelista). Dos años después, lanzó su propia colección y para su primer desfile contó con la presencia de las supermodelos de la época: Naomi Campbell, Kate Moss y Christy Turlington. Al año siguiente abrió su tienda en Londres, en Elizabeth Street. Así empezaron las colaboraciones con los grandes modistos.

¿Consideras que, como sombrerero, puedes llegar a expresarte mejor que un diseñador de moda?

“Hago sombreros porque los amo. Lo que es fantástico de mi trabajo es que si diseñara vestidos tendría un solo tipo



En 1989, Philip fue descubierto y mentorado por la influyente editora de moda Isabella Blow.

de clientas, pero al hacer sombreros puedo trabajar tanto con Lady Gaga como con la esposa del (entonces) príncipe Carlos. Lo mejor es que tengo la oportunidad de influir en la manera como la gente de hoy ve este accesorio. Hoy día, yo diseño sombreros para todo tipo de gente, pero cuando empecé mis clientas eran más bien damas de cierta edad. La gente joven ya no usaba sombreros porque los modelos disponibles eran demasiado conformistas. Creo que he contribuido a cambiar la percepción de lo que debe ser un sombrero. Esto ya no es un símbolo de conformidad, sino un acto individual de rebeldía. Por cierto, me parece ser un símbolo positivo, a la vez, glamuroso”.

Dices que trabajar con las manos es como una terapia.

“Adoro trabajar con las manos y, sobre todo, construir algo de la nada. Transformar materiales bidimensionales en un objeto tridimensional es el máximo momento de creatividad en mi profesión. La gente cree que tengo un equipo enorme de personas que trabajan para mí o máquinas muy técnicas y computadoras, pero no es así. Éste es un medio muy táctil y el equipo con que contamos realmente son nuestros 10 dedos, hilo y aguja. Para quien lo hace, un sombrero a mano implica la emoción de crear algo de la nada, y quien lo compra, recibe una pieza en la que alguien puso toda su experiencia y su corazón”.

Cada año, para las carreras de Ascot, Treacy crea decenas de piezas únicas y originales para aristócratas, *jet setters* y celebridades. La inspiración viene de todas partes, principalmente de la naturaleza, y sus piezas destacan por su creatividad, estructuras asimétricas, colores vibrantes y plumas exóticas.



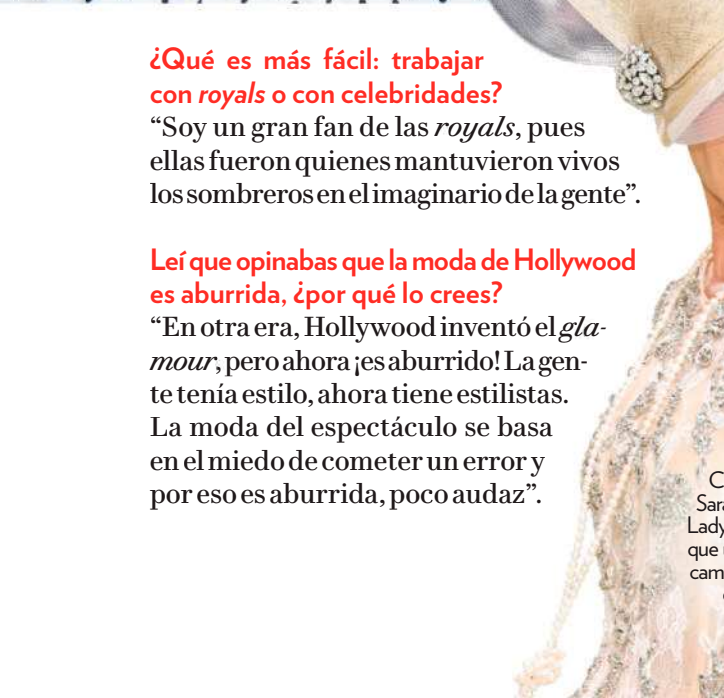
Treacy diseñó la tiara de Camilla Parker para su boda con Carlos de Inglaterra.



Entre sus clientes destacan miembros de la familia real británica, como Kate Middleton, y la monarquía europea.



Ha diseñado piezas para Alexander McQueen, Valentino, Ralph Lauren, Donna Karan, Versace, Givenchy y más.



¿Qué es más fácil: trabajar con *royals* o con celebridades?

“Soy un gran fan de las *royals*, pues ellas fueron quienes mantuvieron vivos los sombreros en el imaginario de la gente”.

Leí que opinabas que la moda de Hollywood es aburrida, ¿por qué lo crees?

“En otra era, Hollywood inventó el *glamour*, pero ahora ¡es aburrido! La gente tenía estilo, ahora tiene estilistas. La moda del espectáculo se basa en el miedo de cometer un error y por eso es aburrida, poco audaz”.

Con clientas como Sarah Jessica Parker o Lady Gaga, Treacy sabe que un sombrero puede cambiar la personalidad del que lo lleva.

¿Cuánto tiempo se requiere para hacer cada pieza?

“Puede ser desde tres horas hasta tres años. Cada año hacemos dos colecciones *prêt-à-porter* con 55 modelos que se venden en diferentes colores en nuestra tienda en Londres. Cuando hago un modelo a la medida, no hago réplicas”.

¿Crees que cualquier persona puede usar sombreros?

“Todos tenemos la posibilidad de usar un sombrero. Cuando uno conoce a alguien lo primero que ve es su rostro. El propósito de un sombrero es mejorar los rasgos. ¡Es una alternativa más económica a la cirugía estética!”.





SOFIA COPPOLA

- 1 Mostrando cómo el clásico blazer de Chanel se moderniza con jeans (2017).
- 2 En 2021, con un elegante conjunto de tweed blanco y negro.
- 3 Al desfile de Alta Costura Primavera 2022 de Chanel llevó un vestido de tweed a rayas.
- 4 ¿Tweed de gala? La directora de cine demostró que puede ser un acierto (2025).

ELEGANCIA CLÁSICA

Reconocida por su distintivo estilo cinematográfico, ha consolidado una carrera que fusiona elementos de la moda y el cine, creando obras visualmente cautivadoras. Su estética ha evolucionado de manera sutil, manteniendo un enfoque en la exploración de la identidad femenina. Algo que se aprecia en su propia imagen. La directora de cine, quien está por cumplir 54 años, ha consolidado un estilo personal que refleja su visión artística. Durante los años 90 y principios de los 2000, su vestuario se caracterizó por la sencillez y la elegancia casual. Sin embargo, en tiempos recientes, ha revisitado tendencias de principios de siglo, reinterpretando clásicos, demostrando así su habilidad para modernizar estilos icónicos. Sobre su arreglo personal, conserva un look de maquillaje sencillo y su pelo de largo long bob a clavicut.



TIP

Conocida por su estilo de belleza minimalista, Sofia Coppola considera que la hidratación es clave en su rutina de belleza.

Bruma floral hidratante, **MONASTERY***.
Le Volume Waterproof Mascara, **CHANEL**, \$790.
Lip Balm, **AUGUSTINOS BADER**, \$1,180.

EL LOOK



Playera,
PARFOIS,
\$799.



Chamarra,
**ROBERTO
VERINO***.



Falda,
H&M*.



Aceite
labial con
tinte, **ELF**,
\$195.



Bronzer SummerGlow,
GIORGIO ARMANI,
\$1,310.



Anillo,
PANDORA*.



Reloj,
BLANCPAIN*.

A FLOTE

La tradición náutica se caracteriza por su elegancia atemporal y fresca.
Naomi Watts equilibra desenfadado y un aire *chic*.

Sandalia,
BIRKENSTOCK,
\$2,690.



Mascada,
**ALEXANDER
MCQUEEN***.



Aretes,
BIZZARRO*.

Bolso,
**BIMBA Y
LOLA***.





MENOS ES MÁS

Potencializa tu *look* con una prenda pequeña, aprende cómo sacar el máximo provecho a las minifaldas.

POR BEATRIZ VELASCO



TU ESTILO

Dije bicolor,
TOUS*.



Aretes,
VALENTINO*.



Blazer,
ZARA,
\$1,599.



Lift-Pro
Collagène,
**YVES
ROCHER,**
\$850.



Minifalda,
**ALEXANDER
MCQUEEN***.



Desodorante
en aerosol,
REXONA,
\$86.



Polvos
bronceadores,
YSL, \$1,300.



Protector
solar,
TEIA,
\$549.



TOMA NOTA

- 1. DOBLE DENIM.** Combina tu mini con dos prendas de mezclilla para un aire casual.
- 2. MONOCROMÁTICO.** Usa la misma gama de colores para estilizar tu figura.
- 3. DETALLES.** Encajes, volantes o tejidos enriquecidos aportan feminidad.
- 4. DE CUERO.** Vístela con blusas ajustadas para un estilo moderno y *chic*.

Perfume
Good Fortune,
**VIKTOR &
ROLF,**
\$4,400.



Mocasines,
BENETTON*.





EN PROCESO DE REMODELACIÓN

Este verano, la promesa de lucir una figura espectacular se convierte en una aspiración sana y alcanzable. Recuerda que la verdadera transformación reside en un enfoque integral.

POR BEATRIZ VELASCO

Durante el verano aumenta el deseo de proyectar una imagen que refleje vitalidad. Pero ahora, la búsqueda de lucir una figura espectacular trasciende la mera estética, convirtiéndose en una aspiración que impulsa la búsqueda de la mejor versión de uno mismo, priorizando el bienestar total.

“El mundo *wellness* ha evolucionado de manera significativa hacia un enfoque un poco más holístico. Hoy, las personas buscan opciones que vayan un poco más allá de solo ‘atender al cuerpo’, sino que también promuevan el equilibrio emocional y la salud mental”, nos comenta Helle Jeppsson, fundadora y CEO de Scape.

Antes de iniciar un plan de renovación corporal, tómate un momento para pulsar el botón de “reset” de tus pensamientos. Comienza por alinear la mente con tus objetivos y, lo más importante, las causas que te motivarán durante el proceso, esto puede ser: aumentar tu vitalidad integral, acrecentar tu energía o fortalecer tu autoestima. Mientras más animada y estimulada estés, serás más constante y comprometida en cada fase de evolución.

Al cultivar una mentalidad enfocada, establecer expectativas realistas y abrazar un proceso de transformación que va más allá de lo físico, solo entonces, podremos implementar estrategias efectivas, con resultados duraderos.

Jeppsson, con casi 20 años en la industria del bienestar, considera que “cada vez más personas buscan servicios que les permitan

reconectar consigo mismas”. En el *spa*, por ejemplo, se ofrecen “experiencias que van más allá del cuerpo. Como tratamientos profundamente relajantes que integran respiración consciente, aromaterapia y sonidos envolventes que promueven la meditación activa en el momento de recibir los masajes”.

En este contexto, activar el cuerpo también implica estimular el organismo y, para eso, “la tendencia va hacia métodos naturales que activan el sistema linfático de manera suave pero efectiva, por lo tanto se recomiendan técnicas como el drenaje linfático manual, así como los masajes reductivos personalizados y los tratamientos con ingredientes botánicos desintoxicantes”, aconseja Helle.

Toma en consideración que cada cuerpo responde de modo diferente, por lo que no te desespere si no ves cambios radicales de manera inmediata: “Lo más importante es recordar que la constancia es clave. Mi mayor recomendación es mantenerse hidratado, no hay nada mejor para una piel firme y lisa que una buena hidratación”, considera la experta.

“Otro consejo sería tener una rutina de *skincare* adecuada para tu piel, no es necesario que sea muy elaborada, lo importante es que se trate de algo que funcione para ti y tu estilo de vida. Por último, tener una alimentación balanceada y mantenerse activo, la mezcla de todas estas acciones puede ayudarte a ver mejoras en tu apariencia de manera duradera”, concluye.

Plan de acción

Con ayuda de la entrenadora física y mental, Denisse Pérez, te proponemos un programa que combina ejercicio, alimentación saludable, descanso y una mentalidad positiva.

POR BEATRIZ VELASCO



COMIENZA AQUÍ

Tres consejos principales para empezar a aplicar hoy mismo:

1. Rutina positiva: Integra hábitos saludables y sostenibles no sólo para una temporada del año, sino para la vida, y de esa manera también lograrás ver los cambios que buscas, muchas veces, incluso, más rápido que con dietas mágicas y productos que prometen milagros.

2. Siéntete plena: Comer proteínas es importante para la reparación y el mantenimiento de los tejidos, la función inmunológica, el control del peso y el desarrollo muscular, según la Federación Mexicana de Nutrición Deportiva. Como beneficio extra, generan mayor sensación de saciedad, ayudando a controlar el apetito y evitar el consumo excesivo de calorías.

3. Prioriza el ejercicio de fuerza: Pueden ser sesiones cortas, pero haz ejercicio con objetivo de musculación. Al igual que el punto de arriba, esto te ayudará a fortalecer tu cuerpo y tener más masa muscular, lo que te hará acelerar tu metabolismo y oxidar más grasa, incluso cuando estés en reposo.

TIP

Si realmente quieres ver resultados rápidos, no cuentes calorías, pero elimina de tu dieta los alimentos ultraprocesados. Verás cómo tu cuerpo se desinflama rápidamente y tú te sentirás espectacular.

2

MUÉVETE

Cualquier tipo de ejercicio te suma salud, pero definitivamente el de fuerza y el HIIT (entrenamiento interválico de alta intensidad) es el más indicado para este objetivo, y principalmente para las mujeres. Puedes de modo perfecto hacerlo desde tu casa y, si tienes la oportunidad, usar un par de pesas. Y si no, con tu propio cuerpo es posible.



3

SÉ CONSTANTE

Hacer un plan que sea real y sostenible te ayudará a mantenerte motivada, superar la pereza o las excusas. “Tal vez, al inicio, sientas que toma más tiempo que con una dieta ‘mágica extrema’, pero después de 23 años en esta industria hoy sé que la única manera es tener en clara tu meta”, comenta. “Fíjate no sólo en cómo te ves, sino en cómo te vas sintiendo. Una fórmula que me gusta mucho y es real es: ‘En 30 días lo sentirás, en 60 lo verás y en 90 lo escucharás y será parte de tu vida’, afirma la experta.

4

CUIDA TU ALIMENTACIÓN

1. Come 1.5 g de proteína por cada kilogramo de peso ideal. “Por ejemplo, yo peso 50 kilos y me siento bien en este peso, mi ingesta de proteína diaria va de 75 a 100 gramos”, explica.
2. Incluye vegetales en todas tus comidas, ¡hazlo hasta en el desayuno!
3. No olvides las grasas buenas y los carbohidratos, éstos te dan salud y energía.



5

RUTINA

Denisse Pérez sugiere un plan de ejercicios básico, pero efectivo, para tonificar el cuerpo: Haz un minuto de cada paso y repite este circuito tres veces, tres sesiones por semana:

1. Sentadilla.
2. Desplante frontal: Inicia de pie con la espalda recta, da un paso largo hacia adelante con una pierna, bajando el cuerpo hasta que ambas rodillas formen un ángulo de 90 grados, sin que la rodilla delantera sobrepase la punta del pie. Alterna piernas.
3. *Swing*: Flexiona caderas, impulsa la pesa hacia adelante, manteniendo la espalda recta, y controla el regreso con cuidado.
4. Laterales de hombro: Realiza elevaciones laterales con mancuernas con los brazos extendidos desde la cadera.
5. Frontales de hombro: Ahora, eleva tus brazos estirados hacia el frente.
6. Sentadilla con *curl* de bíceps: Dobla las rodillas, presiona las caderas hacia atrás y levanta las mancuernas mientras te elevas.
7. Plancha.



6

CONSEJOS EXTRAS

1. Los músculos más importantes que hay que entrenar son la 'paciencia' y la 'constancia', valora tu progreso, sin comparaciones.
2. Cambia la mentalidad de un "cuerpo de verano" por "mantener uno saludable todo el año". Esto reduce la ansiedad y depresión relacionadas con la imagen.
3. Procura comer de manera regular y equilibrada. La nutrición representa aproximadamente 70 por ciento de los resultados en salud y bienestar.



DENISSE PÉREZ

Master trainer fundadora y creadora del programa de ejercicio PHIT
@denissephit

FOTOGRAFÍAS: GETTY IMAGES.

Soluciones innovadoras

Para tratar la grasa localizada, celulitis, estrías y flacidez, la medicina estética ofrece una amplia gama de opciones para la remodelación corporal.

Esculpe tu cuerpo

Considerando que “el objetivo es lograr resultados armónicos y personalizados, evitando excesos y respetando la belleza única de cada paciente”, como explica el cirujano plástico estético y reconstructivo David Roland De Rungs Brown, en medicina estética se recomienda la lipoescultura. Durante el procedimiento se extrae grasa utilizando cánulas y una máquina succionadora, lo que permite remodelar la silueta y reducir la apariencia de grasa localizada. Los resultados son espectaculares, pero el periodo de recuperación suele tomar entre cuatro y seis semanas.

Renueva tu silueta

Más que un solo procedimiento, el director de la Clínica BGH, Bernardo Goldzweig Hans, propone todo un protocolo, al que llama Full Body Contouring. Éste “combina tecnología de vanguardia y tratamientos inyectables para lograr una remodelación y escultura integral del cuerpo”, como explica el doctor. Entre los procedimientos recomendados se usa:

- **EMSculpt**, que “ayuda a fortalecer y tonificar los músculos, algo crucial para mantener la firmeza y el contorno corporal a medida que envejecemos”.

- **EMtone**, que “combina la radiofrecuencia y la energía acústica para tratar la celulitis y mejorar la elasticidad de la piel”.

- **Venus Legacy**, procedimiento que “utiliza la radiofrecuencia multipolar y los campos electromagnéticos pulsados para tensar la piel y reducir la circunferencia corporal”.

- **Morpheus8**, “una tecnología de microagujas con radiofrecuencia que penetra profundamente en la piel para promover la producción de colágeno y elastina”.

Reduce la celulitis

Para reducir el efecto de la piel de naranja se requiere un enfoque combinado. “Zionic representa un gran avance en remodelación corporal, ya que no sólo trabaja sobre la piel, sino también a nivel muscular y vascular, permitiendo resultados más visibles y duraderos en menor tiempo”, explica la especialista en medicina estética y antienvjecimiento Karen Carrillo. El tratamiento combina radiofrecuencia resistiva y masaje activo rotacional profundo, así “trabaja desde las capas más profundas de la piel hasta los músculos, ofreciendo firmeza y definición corporal”. Para ver resultados se recomiendan aproximadamente de ocho a 10 sesiones, espaciadas cada 72 horas o semanalmente.

Trabaja la reversa

Si buscas mejorar la forma de tu trasero, hay una “tecnología alemana para eliminar grasa localizada en los glúteos mientras tensa y mejora la calidad de la piel”, recomienda Yolniete Bassave, CEO de KIOO Center. El procedimiento Endolysese realiza con Lyse Láser de Dermo Health, que logra un efecto tensor inmediato y un contorno redefinido, todo sin dolor ni tiempo de inactividad. Según Bassave, “este tratamiento no sólo se enfoca en el aspecto estético, sino también en potenciar tu confianza y bienestar”. Se recomiendan de una a tres sesiones con intervalos de cuatro a seis semanas, con resultados visibles en los primeros meses.

Retoques finales

Para la reducción de grasas en cara y cuerpo, lo más recomendable es el uso de enzimas. “Aplicadas mediante microinyecciones en zonas como abdomen, glúteos, piernas o incluso rostro (papada y cachetes), éstas afinan y rejuvenecen, logrando resultados visibles y naturale”, explica Esmeralda Bastidas Valenzuela, médico especialista en medicina regenerativa, estética, *well-aging* y *biohacking*, y CEO de Neoclinic. Las sesiones duran 10 min. y se recomiendan tres, una semana por semana.



A close-up photograph of a woman with dark hair tied in a bun, adorned with a white flower. She is smiling and looking down at her arm, where she is applying a white sunscreen product with her fingers. The background is a blurred beach scene with sand and ocean waves.

FPS SIN PRETEXTO

Llueva, truene o esté nublado, debes usar bloqueador todos los días. No hay excusa válida, hay una fórmula, textura, presentación y acabado que se adapta a lo que necesitas.

POR BEATRIZ VELASCO

40
VANIDADES.COM

Usa protector solar todos los días, el efecto de los rayos UV es acumulativo.



1. Stick Invisible, **CAUDALÍE**, \$700.
2. Loción protectora solar, **NATURA BISSÉ**, \$1,950.
3. Protective Cream, **DAVINES**, \$820.
4. Bio Watery Sun Cream, **TOCOBO**, \$500 (en www.needbeauty.com).

El sol es fuente de vida y energía, pero también es un enemigo silencioso para la salud. La exposición a la radiación ultravioleta puede acarrear consecuencias graves a corto y largo plazos, desde quemaduras solares y envejecimiento prematuro hasta un mayor riesgo de cáncer de piel. “En la actualidad, los rayos solares son más intensos porque, de acuerdo con estudios del Instituto Nacional de Investigación del Agua e Investigación Atmosférica de Nueva Zelanda, la capa de ozono sobre la Antártida tiene un agujero de 22 millones de kilómetros cuadrados, lo que provoca que los rayos entren directamente”, asegura la Procuraduría Federal del Consumidor.

No todos los rayos solares son iguales, éstos se clasifican por longitud de onda y pueden ser: UVC, los más dañinos, pero no llegan a la superficie terrestre; UVB, causan quemaduras, o UVA, los más abundantes sobre la superficie de la Tierra, penetran a las capas profundas de la dermis y contribuyen al envejecimiento. Estos dos últimos pueden provocar cáncer de piel.

Pero además de los rayos, hay que tomar en cuenta algunos factores ambientales, como la época del año y la hora del día, la latitud (distancia al ecuador), la altitud (densidad atmosférica), la presencia y tipo de nubes, la capacidad reflectante de la superficie terrestre (nieve, arena, agua) y la concentración de ozono en la atmósfera. Considera que los niveles de radiación alcanzan su máximo durante los meses de verano, mientras que, en relación con

las superficies, el asfalto refleja alrededor de 10 por ciento de los rayos, la arena 15 por ciento y la espuma del mar, cerca de 25 por ciento. Datos, sin duda, interesantes.

Es por todo esto que la utilización del Factor de Protección Solar (FPS) ya debería formar parte integral de tu rutina diaria de cuidado personal. Y no, ni las nubes ni los cristales de tu casa u oficina te protegen completamente. Aunque usar bloqueador solar suene a una imposición, existen múltiples fórmulas, texturas, formatos de presentación y precios para elegir el que sea más adecuado para cuidar tu piel y adaptarse a tu estilo de vida.

Protección ante mitos

La mayoría de las justificaciones para no usar bloqueador solar diariamente parten de mitos, desmontamos los más comunes y te recomendamos un producto que cuide tu piel, ajustándose a tus necesidades.

“¡Está nublado! No lo necesito”

No te confundas, que las nubes te impidan ver el sol no significa que sus rayos no estén presentes en el ambiente. Según *American Scientist*, “las nubes reducen la cantidad de radiación ultravioleta A y B que llega a la superficie terrestre y a nuestra piel, pero no detienen los rayos dañinos. De hecho, las nubes suelen bloquear mejor la luz visible que la UV”. Usa un bloqueador de textura fluida, que te brinde máxima protección sin dejar una sensación grasosa.

1. Tone-Up Protector Solar, **VASELINE**, \$364.
2. Hyaluronic Acid Airy Sun Stick, **ISNTREE**, \$790.

“Soy latina, el sol no me hace daño”

El tono de la piel está determinado por la melanina, a mayor concentración de este pigmento, la tez será más oscura e intensa. Pero ésta no sólo da color, también funciona como una protección natural contra la radiación ultravioleta (UV). Por eso, las morenas son menos propensas a sufrir quemaduras solares; sin embargo, esto no significa que estén protegidas contra otros efectos dañinos del sol, como el envejecimiento prematuro, las manchas o el cáncer de piel.

3. Ultra-Mat Fluido, **AVÈNE**, \$683.
4. Actine Protector Solar, **DARROW**, \$467.

“El bloqueador me causa acné”

La presencia de aceites o ciertos compuestos químicos, como el octinoxato y la oxibenzona, se asocia con la obstrucción de los poros, lo que puede desencadenar brotes. Además, el mecanismo de acción de los filtros solares químicos, que implica la conversión de la radiación UV en calor, puede inducir sudoración e irritación. La buena noticia es que ahora hay fórmulas “no comedogénicas” o “libres de aceite” que están diseñadas para pieles grasas.

5. Sun Oil Control, **CETAPHIL**, \$526.
6. UV Miracle Oil Control, **POND'S**, \$260.

“Uso FPS alto, sólo necesito aplicarlo una vez al día”

El factor de protección indica cuánto tiempo puede estar una persona expuesta al sol sin quemarse, comparado con lo que duraría si no usara protector solar. Sin embargo, ninguno ofrece protección total.

La Academia Americana de Dermatología recomienda reaplicar cada dos horas cuando se está al aire libre y después de nadar o sudar, sin importar el nivel de FPS.

7. Solar Brush, **FOTOSUN UV**, \$301.
8. Ultimate Sun Protector Lotion, **SHISEIDO**, \$720.

“El protector solar es incompatible con mi maquillaje”

La textura densa o pegajosa de algunos protectores, especialmente los minerales, dificulta la aplicación uniforme de la base de maquillaje y puede afectar su fijación. Pero ahora hay texturas ligeras, como geles o fluidos, que se absorben rápido. Además, para facilitar la reaplicación puedes buscar los formatos en polvo, bruma o *stick*. No hay pretextos.

9. Total Protection Color Balm, **COLORESCIENCE**, \$980.
10. Glow Primer, **HELLO SUNDAY**, \$690.



Manual de uso

¿Estás segura de que te encuentras bien protegida? Éstos son los errores más comunes que cometemos:

- **Usar poco producto.** Necesitas, aproximadamente, 30 ml para cubrir todo el cuerpo.
- **No darle tiempo.** Póntelo de 15 a 30 minutos antes de exponerte al sol, para que se absorba.
- **Aplicarlo sólo en la cara.** Úsalo en las áreas expuestas, desde las orejas hasta las manos.
- **Confiar solamente en el protector.** Complementa el uso de protector solar con otras medidas de protección, como prendas de manga larga o sombreros de ala ancha.
- **Asolearte.** Buscar la sombra, especialmente durante las horas pico: entre las 10 de la mañana y las 4 de la tarde.

BEAUTY NEWS

Charlize Theron

Las innovaciones más recientes para revelar tu belleza al exterior.

POR BEATRIZ VELASCO

RESPIRA

Aunque la piel no realiza un intercambio gaseoso como los pulmones, sí necesita oxígeno para la producción de colágeno y elastina. El nuevo suero de Dior –promocionado por Charlize Theron– promete una piel cuatro veces más firme y dos más suave, gracias a la tecnología OX-C.

Suero Capture OX-C, **DIOR**, \$3,200.

COMO DE SALÓN

Hay una nueva solución para aplicar extensiones de uñas de gel en casa. Funciona con uñas prepulidas, un adhesivo en gel y una lámpara LED, lo que garantiza un acabado impecable por hasta 14 días.

Kit Salon X-tend, **KISS**, \$509.



Eladaria, **CREED***.

FLOR RENOVADA

La rosa de mayo es un ingrediente clásico en la perfumería, famosa por sus notas sutiles y melosas. Ahora, en esta nueva fragancia de Creed, Eladaria, surge una versión refrescante como el amanecer, en el que se perciben notas de mandarina y bergamota. Simplemente, divina.

HIDRATACIÓN EXTRA

Durante el embarazo, el abdomen puede aumentar hasta 30 centímetros de circunferencia. Para lavar y nutrir la piel, al mismo tiempo, lo más recomendable es limpiarla con una mezcla de aceites vegetales, como almendras dulces, macadamia y rosa mosqueta.



Aceite de ducha, **MONTOMOM**, \$245.

FOTOGRAFÍAS: CORTESÍA DE LAS MARCAS. * PRECIO EN PUNTO DE VENTA.



TUS DUDAS
DE BELLEZA,
RESUELTAS
POR LOS
ESPECIALISTAS

1. ¿Qué son las máscaras tubing?

ROSALBA JIMÉNEZ,

44 años, Toluca

Se trata de una fórmula de rímel que envuelve cada pestaña en pequeños tubos de polímero, creando una película flexible que produce un efecto de mayor longitud y definición. Como *plus*, no forma grumos y se retira con facilidad.

2. ¿Cómo borrar manchas de sol?

LILIA CANTILLANO,

37 años, Manzanillo

El nuevo activo antimanchas se llama Melasyl, una molécula cosmética que se adhiere a los precursores de la melanina (la responsable del color de la piel) y los bloquea, interrumpiendo el ciclo de la hiperpigmentación.

3. Mi piel se reseca, ¿qué hago?

MARITZA LEÓN,

67 años, Guadalajara

Evita duchas largas con agua caliente, usa ropa suave que no te irrite la piel e hidrata tu cuerpo inmediatamente después del baño. Los aceites son útiles para sellar la humedad, además ayudan a reparar la barrera cutánea.

4. ¿Tip para maquillar cejas?

MARÍA BEATRIZ VENEGAS,

52 años, CDMX

Si deseas crear el aspecto de vellos naturales, para un *look* de cejas pobladas y definidas, en lugar de lápices y pomadas te recomendamos una pluma con puntas finas. Sus trazos rellenan zonas poco pobladas de manera fácil.



Mádanos tus preguntas a
bvelascoc@televisa.com.mx



Total Lash,
COLORESCIENCE,
\$1,540.



Glycolic-Bright,
L'ORÉAL,
\$399.



Aceite corporal
Vitamin E,
PALMER'S, \$185.



Mighty
Fine Brow Pen,
BENEFIT, \$650.



ANGEL EL

PORTADA

“No tengo interés en que me perciban como algo que no soy. Prefiero que las personas me vean tal como estoy ahora, en este momento de mi vida, con todo lo que he vivido”.

MANIFIESTO LINA

Esta no es otra mirada superficial a su vida. Es una celebración de sus matices: la artista, la madre, la activista y la mujer que ha sabido navegar con determinación los años, las pérdidas y las reinenciones. Una figura cuya belleza se ha transformado.

POR DÉBORAH URANGA



on 50 años, Angelina Jolie parece moverse con la cadencia de alguien que ha aprendido a no correr tras el tiempo, sino a habitarlo.

Se encuentra, de nuevo, en una encrucijada fascinante. Lo que para muchos sería la cima, para ella parece ser apenas una nueva línea de salida. Está, simplemente, en otro

lugar. En el suyo. Por fin se ha disipado la sombra mediática del fenómeno ‘Brangelina’, y su divorcio de Brad Pitt, después de más de ocho años de proceso, tuvo un cierre legal, sí, pero también emocional. En palabras de su abogado James Simon, “ella y sus hijos se han enfocado desde entonces en encontrar la paz y sanar como familia”.

Hoy, la actriz, directora, productora y activista sigue hallando maneras de redefinir su rol en el mundo. En los últimos dos años, Jolie ha dejado claro que su brújula creativa apunta hacia algo más allá de la pantalla. En 2023 inauguró Atelier Jolie, un taller cultural en Manhattan, abierto a artistas, chefs, estudiantes y actores jóvenes de Broadway, ubicado, con deliberada carga simbólica, en el mismo edificio en el que alguna vez vivió Jean-Michel Basquiat y donde Andy Warhol tuvo su centro de operaciones filmicas. Unos meses después, en junio de 2024, subió al escenario como productora de *The Outsiders* (adaptación teatral de la novela de S.E. Hinton) para recoger un premio Tony. El relato –que en los 80, Francis Ford Coppola llevó al cine– tiene como protagonistas a jóvenes marginados que buscan su lugar en el mundo, y eso no podría resonar más con el *ethos* que ha guiado a Jolie.

Angelina recién terminó la filmación de *Couture* –drama independiente escrito y dirigido por Alice Winocour–, la continuación de su disposición a enfrentarse a los retos artísticos que definieron sus primeros logros profesionales. Antes la vimos en su celebrada interpretación de la icónica soprano María Callas en la película *María*, de Pablo Larraín, marcada por una preparación rigurosa: clases de canto, estudios de italiano, ensayos junto al piano cada noche. “María es el comienzo de un renacer”, compartió en *Vanity Fair*; también reconoció que este último año se ha sentido diferente, más motivada. Señales de la fortaleza que ha construido tras su separación y que es parte de una narrativa más amplia que revela una historia con distintos matices: compleja, coherente y en evolución.

“Tenía 26 años cuando me convertí en madre. Tener hijos me salvó. Me enseñaron a evolucionar de manera diferente en este mundo”.

Podríamos narrar la historia de Angelina Jolie enumerando premios –un Oscar, tres Globos de Oro, un premio Tony–, pero sería una versión simplificada de una existencia tejida con capas de contradicciones, pasión y decisiones que han desafiado las normas.

Sabemos de su linaje actoral –es hija de Jon Voight y de la actriz Marcheline Bertrand–, de sus tatuajes, excentricidades y metamorfosis, de su carrera cinematográfica y de su trabajo diplomático. Pero al raspar la superficie del estrellato, lo que emerge es una mujer que ha hecho de la conciencia social y la maternidad dos pilares inseparables de su identidad. “Soy madre, cooperante y actriz”, dijo a *El País Semanal*. No fue una declaración casual.

Angelina es una figura que impone belleza, pero rehúye a los encasillamientos. Su presencia magnética y elegante no es lo único que la define. A lo largo de los años, ha dado forma a una narrativa propia, haciendo de su imagen un instrumento de control. Utiliza las ganancias de sus campañas publicitarias para contribuir a causas humanitarias y no duda en tomar decisiones radicales.

Jolie fue una de las primeras figuras globales en ha-

blar públicamente sobre sus decisiones médicas: en 2013 reveló que se sometió a una doble mastectomía preventiva tras descubrir que era portadora del gen BRCA1. Lo hizo en un artículo personal publicado en *The New York Times*, que tituló “Mi decisión médica”. Allí habló de salud, de elección y poder sobre el cuerpo, de cómo re-

definir lo que significa ser mujer y bella en un mundo que aún mide el valor femenino en función de su apariencia. Ese acto de transparencia –tan íntimo y valiente– marcó un punto de inflexión. Desde entonces, no ha dejado de cuestionar los cánones de juventud perpetua que rigen en Hollywood. No se ha escondido del paso del tiempo. Ella demuestra que la madurez no sólo es compatible con el deseo y la belleza, sino que puede ser más interesante. “No tengo interés en que me perciban como algo que no soy. Prefiero que las personas me vean tal como estoy ahora, en este momento de mi vida, con todo lo que he vivido”, expresó en una entrevista.

LA MATERNIDAD COMO CENTRO

Angelina Jolie no ha sido una madre tradicional. Ha criado a sus hijos no como figuras subordinadas a su celebridad, sino como personas completas, alentadas a explorar sus propios caminos. “Tenía 26 años cuando me convertí en

La intérprete vive su fase más libre y creativa a nivel profesional, mientras en su vida cotidiana guía a sus hijos a encontrar su propia voz.

Con propósito

Sus colaboraciones con marcas de lujo son vehículos estratégicos para financiar proyectos humanitarios. Lo revolucionario de estos acuerdos es la transformación de los modelos de negocio: “No se trata de caridad, sino de construir modelos comerciales más equitativos y sostenibles”, dijo Jolie al *Financial Times*.

1. Louis Vuitton (2011)

Annie Leibovitz fotografió su campaña Core Values para la firma francesa. Se realizó en Camboya y Jolie destinó la compensación a la Maddox Jolie-Pitt Foundation.

2. Style of Jolie, en colaboración con Robert Procop (2012)

Después de que el experto en alta joyería diseñó el anillo de compromiso que Brad Pitt le regaló, Jolie creó la línea Style of Jolie, una declaración de estilo. Con las ganancias se construyó una escuela en Afganistán.

3. Guerlain (2017-presente)

Su asociación como rostro del perfume Mon Guerlain tiene un componente ambiental: como parte del acuerdo, documentado por WWF, Guerlain apoya el programa Women for Bees, en colaboración con UNESCO, que capacita a apicultoras en áreas de biodiversidad amenazada.

4. Atelier Jolie y Chloé (2023)

Una colección cápsula creada con la entonces directora artística de la casa, Gabriela Hearst, artesanos refugiados y supervivientes de conflictos. Instrumentó prácticas sostenibles al usar materiales reciclados y técnicas artesanales tradicionales.

5. Tom Ford Beauty (2024)

Jolie es la embajadora de la colección de labiales Runway Lip Color. Mert Alas y Marcus Piggott fotografiaron la campaña.



**“Siempre he sentido
que no hacer nada
ante el sufrimiento
no es una opción”.**

madre. Tener hijos me salvó”, confesó a una famosa revista de moda estadounidense. “Me enseñaron a evolucionar de manera diferente en este mundo”. La actriz asegura que sus hijos Maddox (1), Zahara (2), Shiloh (3), Pax (4), Knox (5) y Vivienne (6) –no tienen intenciones de perseguir una carrera frente a las cámaras, pero es, tras bambalinas, donde se han desenvuelto más-. Durante el rodaje de *Without Blood* (2024), película escrita y dirigida por Jolie, y protagonizada por Salma Hayek y Demián Bichir, Angelina contrató a Maddox y Pax como asistentes de dirección. “Cuando un equipo funciona de modo óptimo, se siente como una familia unida”, dijo a *People*, haciendo eco de cómo su vida personal y profesional tienden a entrelazarse con naturalidad.

En *The Outsiders*, su hija Vivienne trabajó como asistente de producción. “Viv me recuerda a mi madre en el sentido de que ella nunca se enfocó en ser el centro de atención, sino en apoyar a otros creativos”, compartió Jolie con *E!*

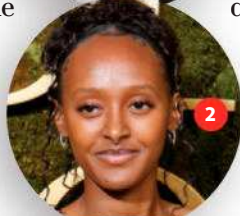
Cada uno de sus hijos, desde la exploración andrógina de Shiloh hasta los estudios en bioquímica de Maddox en la Universidad de Yonsei, ha sido alentado a definirse por sí mismo. “Como su madre espero protegerlos, pero también se ríen de mí”, ha dicho con franqueza.

Jolie se reinventa a través de sus hijos. Fue la pasión por volar aviones de Maddox la que la llevó a aprender a pilotar. Tiene un pequeño avión Cirrus que Mad también conduce. ¿Le pone nerviosa cuando su hijo vuela? “En lo absoluto”, declaró a *W*. “Me preocupa más que la gente no se pueda encontrar a sí misma ni tener algo que amar. Eso es más peligroso”.

UNA REBELDE CON CAUSA

Mientras el mundo seguía sus pasos con la fascinación que suele reservarse a las leyendas vivas, Jolie construía una narrativa que no tenía que ver con Hollywood, sino con refugiados y derechos humanos.

Ha viajado a poco más de 30 países como enviada del Alto Comisionado de la ONU para los Refugiados. En dos décadas, hizo más de 60 misiones de campo, desde Irak hasta Ruanda. Su primera visita a Camboya, en 2001, cambió su vida. Allí adoptó a su hijo Maddox y fundó la Maddox Jolie-Pitt Foundation, que desde 2003 ha invertido poco más de 10 millones de dólares en proyectos de conservación ambiental, salud y desarrollo comunitario.



Quizá su contribución menos conocida, pero no menos significativa, ha sido su esfuerzo por promover la educación de niñas en zonas de conflicto. Junto con la UNESCO, en 2013 inauguró una escuela para niñas en las afueras de Kabul, capital de Afganistán. Antes del regreso del régimen talibán, el centro educaba a más de 300 estudiantes cada año. “Siempre he sentido que no hacer nada ante el sufrimiento no es una opción”, escribió en *Time* en 2019.

Su iniciativa social más reciente es Atelier Jolie, una evolución lógica en su compromiso por descentralizar el poder creativo. Pensado como un espacio para trabajo artístico colectivo, la primera colaboración pública con ese proyecto fue una colección cápsula con la casa de moda francesa Chloé, cuando Gabriela Hearst aún era directora artística. Pero, aunque le dio la visibilidad necesaria, Jolie no quiere que Atelier Jolie se encasille en la moda. “No se trata de mí. Yo no quiero ser diseñadora de moda”, dijo. “Quiero construir una casa para que otras personas sí lo sean. Un lugar que celebre los orígenes diversos y fomente la creatividad”.

Angelina Jolie sigue escribiendo una historia que elige las contradicciones por encima del confort, el contenido sobre la forma, el propósito por encima del estatus. De acuerdo con *The Hollywood Reporter* planea dejar Los Ángeles tan pronto como sus hijos menores, Vivienne y Knox, alcancen la mayoría de edad (ahora tienen 16 años). Se rumora que su próximo destino podría ser Camboya o alguna ciudad europea. Mientras tanto, su nuevo apartamento en Nueva York, cercano a Atelier Jolie, se ha convertido en su base para esta etapa donde la creación y la libertad marcan su brújula.

En el horizonte próximo la veremos retomar su papel como Maléfica en la tercera entrega de Disney, esta vez con una exploración más profunda de la relación entre la villana y Aurora, interpretada por Elle Fanning. Y ya está en posproducción *Couture*, filme ambientado en la Semana de la moda de París, en el que interpreta a una directora de cine.

Con 50 años recién cumplidos, Jolie no parece interesada en la nostalgia ni en la perfección. Su vida, en cada una de sus etapas, continúa recordándonos que reinventarse no es solamente un derecho: es, quizá, la más importante de las responsabilidades.



A close-up portrait of Brad Pitt. He is wearing a white, textured racing suit and red-tinted aviator sunglasses. His hair is light brown and slightly messy. The background is a plain, light-colored wall.

ALMA DE CAMPEÓN

Brad Pitt pisa el acelerador en su nueva película *F1*
que es, también, una metáfora de su vida.

POR ROCÍO FLORES TAPIA

El intérprete no sólo es uno de los hombres más deseados del planeta, sino la prueba de que el talento, la pasión y la perseverancia no entienden de edad. Ahora, el eterno galán se lanza a la pista con *F1*, una película que es mucho más que motores rugiendo y curvas cerradas; es un reflejo de su presente.

HOLLYWOOD, UN CIRCUITO CAMBIANTE

En la cinta, producida por Pitt y el campeón de Fórmula 1, Lewis Hamilton, el actor interpreta a un expiloto que regresa a las pistas para guiar a una joven promesa del deporte. Pero, detrás de cámaras, la historia de Brad Pitt, de 61 años, no dista tanto de la realidad, en una industria donde los focos giran cada vez más hacia las nuevas generaciones -actores como Timothée Chalamet, Austin Butler, Tom Holland o Jacob Elordi arrasan en Hollywood-, él se mantiene lleno de magnetismo, y no queda duda de que no corre para ganar la carrera, sino porque ama el camino.

Brad ha sido todo en la vida. Intentó estudiar periodismo en la Universidad de Missouri, fue transportista de muebles, conductor para una compañía de *strippers* ¡y hasta una botarga de pollo! También tomó clases de actuación y persiguió su sueño: a principios de los 90 se convirtió en el chico dorado en *Thelma & Louise*, más tarde fue vampiro en *Interview with the Vampire*, el sofisticado ladrón de *Ocean's Eleven* e incluso el vengador en *Once Upon a Time in Hollywood*, papel que le valió un Oscar. Pero ni siquiera una carrera sólida puede ignorar el cambio de ritmo que impone el tiempo. Hace unos meses, Pitt declaró a *The Hollywood Reporter* que cada etapa en su carrera ha tenido distintos matices. Y añadió: "Pienso en lo que traerán los próximos años. Ver a mis padres envejecer me ha hecho reflexionar sobre esta etapa". También compartió su admiración por el célebre arquitecto Frank Gehry, pues Pitt es *fan* de la arquitectura y el diseño: "A sus 95 años sigue creando arte extraordinario. Me hace pensar que alimentar la pasión y mantener la conexión con tu trabajo conserva viva la chispa de la vida". Y justo eso hace en la gran pantalla: conectar y adaptarse. Ya no tiene que probar nada. Ahora se mueve por el placer de actuar, por amor al arte.



Mientras Pitt estrena la película *F1*, Inés de Ramón, su discreta novia, ha traído calma y estabilidad a su vida. Juntos viven una etapa serena, llena de complicidad.

Por eso esta película en esta etapa de su vida es tan importante para él. En *F1* Pitt guía, acompaña y enseña, y fuera del *set*, produce, elige papeles con profundidad y, sobre todo, se divierte construyendo su legado con su otro motor: Plan B Entertainment, casa productora que se ha posicionado como una de las más prestigiosas de Hollywood. Junto a su equipo, ha apostado por éxitos en taquilla como *Beetlejuice 3* y *Wolfs*. También ha producido historias profundas como la serie *Adolescence*, aclamada por su sensibilidad y autenticidad. Por supuesto, *F1* forma parte de la exitosa lista de títulos que sustenta Plan B Entertainment.

Entre motores y cámaras, Brad da vida a Sonny Hayes, un piloto que busca redención en las pistas.

A toda velocidad

A finales de junio se estrena *F1*. Dirigida por Joseph Kosinski (*Top Gun: Maverick*), la cinta ofrece mucho más que emoción y adrenalina. Conocerás a Sonny Hayes, rol interpretado por Brad Pitt, un piloto retirado de la Fórmula 1 que vuelve al circuito para competir con la escudería APXGP. Además, se convierte en mentor del joven prodigio Joshua Pearce, encarnado por Damson Idris.

En el reparto también brillan Kerry Condon, Javier Bardem, Tobias Menzies y Sarah Niles. Y Lewis Hamilton, además de producir el proyecto, estuvo muy involucrado en aspectos creativos, como las localizaciones y el guion cinematográfico.

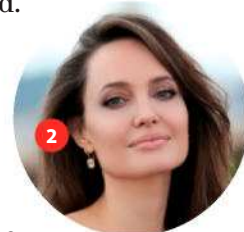
Un dato curioso: la película se rodó en circuitos reales durante competencias oficiales. Las escenas debían filmarse en intervalos muy cortos, por ejemplo, entre los entrenamientos o sesiones clasificatorias, y frente a miles de espectadores. El equipo y los actores, incluidos Pitt e Idris, tenían apenas 10 o 15 minutos para lograr la toma perfecta. Para ello, se preparaban con antelación en los autos, mientras un impresionante equipo de más de 30 cámaras estaba listo para capturar la acción en cuanto se daba luz verde. ¡Toda una hazaña cinematográfica a contrarreloj!



PASIÓN Y NOSTALGIA

Rodado en circuitos de Fórmula 1, el filme es una carta de amor al riesgo y a no rendirse, aunque el podio parezca cada vez más lejano. En cada plano, Brad Pitt brilla con una mirada introspectiva y es que el intérprete ha recorrido un largo camino rodeado de fama, tropiezos, aprendizajes y amores que han dejado una huella profunda en su vida. Estuvo comprometido con Gwyneth Paltrow (1), se casó con Jennifer Aniston y, más tarde, con Angelina Jolie (2), con quien tuvo tres hijos biológicos y tres adoptados. Tras su tormentosa ruptura con Jolie, Pitt le volvió a sonreír al amor gracias a Inés de Ramón, empresaria de origen español con quien comparte su vida desde 2022. Aunque los separan 29 años de diferencia –ella tiene 32–, se llevan de maravilla. Inés estuvo casada con el actor Paul Wesley y conoce el ritmo vertiginoso de Hollywood; su estilo relajado conquistó a Brad. Según fuentes cercanas, “él está en paz” y, por vez primera en mucho tiempo, vive un amor sin presiones.

Y mientras su corazón sigue latiendo y el mundo del cine se transforma, Brad nos recuerda que hay belleza en mantenerse fiel a uno mismo, incluso cuando los focos se desvían. Él es, sin duda, ese piloto veterano que, con las manos firmes en el volante, demuestra que la experiencia no sólo cuenta, sino que también emociona.



ESTRATEGIA DIGITAL

Con motivo de la décima edición de Social Media Week México, conversamos con su fundadora Paula Cutuli, quien nos compartió algunos consejos relacionados al emprendimiento *online*.

POR BEATRIZ VELASCO

Figura clave en el panorama del *marketing* digital latino, estratega de visión aguda y promotora del pensamiento crítico, Paula Cutuli encontró un espacio para debatir las posibilidades que ofrece Internet en Social Media Week (SMW) México, la plataforma más influyente para el análisis de tendencias en redes sociales, tecnología y comunicación *online*.

El evento surgió en Nueva York, Berlín y Londres, pero fue organizado en México por Paula, ¡hace 10 años! En ese entonces, el papel de las redes sociales y las posibilidades que éstas representaban para las empresas era completamente diferente. Incluso, comenta Cutuli: “La penetración de Internet todavía no estaba como en los países que organizaban este evento”.

A la distancia, la artífice de SMW México reconoce que para mantenerse vigente dentro de un panorama tan dinámico es imprescindible el contenido de las ponencias. Es por eso que, en esta ocasión, la conversación girará en torno a la estrategia *Social First*, que deja de ver a las redes sociales como simples canales de comunicación y entretenimiento, proponiendo una visión del *marketing* digital enfocada en la interacción con audiencias y la construcción de comunidades virtuales.

Gracias al diálogo generado por panelistas expertos de cada edición, así como su propia experiencia como fundadora de la agencia Soulnet, Paula nos comparte las siguientes recomendaciones de emprendimiento:

- 1) **Entender el medio:** “Tu negocio tiene que entender su lógica para relacionarse con su audiencia objetivo”.
- 2) **Escuchar a tu comunidad:** Las redes son el “*focus*



group, en tiempo real, más grande del mundo; si no estás escuchando lo que dice tu propia audiencia, te estás perdiendo mucho”.

3) **Generar contenido:** A partir de la data crear contenido relevante “dentro del entorno

digital en el que están interactuando”.

Pero sus consejos pasan de lo profesional, exhortando a que los apliques para la creación de tu marca personal: “Tiene que ser genuino, encontrar tu historia, saber cómo mostrarte, hacer muchísimo contenido; es otro trabajo, pero creo que es algo que vale la pena aprovechar”, comenta.

Si te interesa conocer más acerca del *marketing* digital, no te pierdas la décima edición de SMW México, que se llevará a cabo el 10 y 11 de junio en el Polyforum Cultural Siqueiros, en la CDMX.



SABOR CON PRECISIÓN

Conversamos con Anne-Sophie Pic y Clare Smyth, embajadoras de Hublot, sobre las inspiraciones y motivaciones que las han llevado a convertirse en referentes de la gastronomía.

POR BEATRIZ VELASCO

ANNE-SOPHIE PIC

Gusto heredado, pasión propia

Hija del aclamado chef Jacques Pic y nieta de André Pic, ambos laureados con la máxima distinción de tres estrellas Michelin para el emblemático Maison Pic (fundado en 1889 por su bisabuela Sophie Sahy y Eugène Pic), Anne-Sophie es heredera de un importante legado culinario.

Al principio, buscó nuevos horizontes y se aventuró en el mundo de la administración de empresas, llegando a colaborar con Yves Saint Laurent y Moët & Chandon. Sin embargo, en 1992 el destino la condujo de vuelta a sus raíces.

Tras el fallecimiento de su padre, Pic decidió preservar el prestigio del restaurante familiar. Autodidacta y movida por una pasión inquebrantable, la chef recuperó la tercera estrella Michelin, que habían perdido en 1995. Así, en 2007, grabó su nombre en el reconocimiento. Es la primera mujer francesa en 56 años en alcanzar tal honor.

Para ti, ¿qué significa la cocina?

“Para mí, la cocina es un ensueño. Sobre todo, es una historia de sensibilidad, donde

se expresa lo invisible: las emociones, los recuerdos. Cada plato que creo cuenta una historia. Mi cocina es instintiva, pensada como una partitura. Como un perfumista, intento crear la armonía sensorial adecuada, evocar una emoción. Es un lenguaje silencioso que toca y, espero, despierta las emociones”.

¿Cómo te influyó tu legado culinario familiar?

“De niña, mi habitación estaba justo encima del restaurante de mi padre, Jacques Pic. Aún recuerdo los aromas que salían de su cocina y el torbellino del servicio, como un ballet encantador. Todos esos recuerdos sensoriales moldearon mi paladar y me permitieron crear todo un imaginario



de sabores. Al final, ser autodidacta me brindó una libertad valiosa en la cocina: la de explorar sin límites, atreverme a ser yo misma y traducir esa singularidad por medio de mi filosofía culinaria, la impregnación”.

En la cocina vale la precisión, ¿cómo gestionas el tiempo para alcanzar tus objetivos?

“La gastronomía exige precisión, detalle y, sobre todo, tiempo. Por eso la relojería y la cocina tienen bastante en común. Con Hublot, encuentro el gesto delicado y metódico del relojero, un trabajo de precisión que se hace eco de mi proceso creativo. El tiempo desempeña, sin duda alguna, un papel esencial en la evolución de mis platos, al igual que refleja mi propio camino, marcado por mis encuentros, mis inspiraciones y las estaciones”.

¿Cuál es la mayor lección que has aprendido?

“Que tienes que escuchar tu propia voz. Mi consejo a los jóvenes chefs, en general, sería que confíen en sí mismos, que sean coherentes y encuentren su propio camino. Sin embargo, para ello hay que descubrir constantemente nuevos ingredientes, saber analizarlos y comprenderlos muy bien, y desafiarse a sí mismo, transmitir su visión a sus equipos y crear, por supuesto, un entorno creativo”.

FOTOGRAFÍAS: CORTESÍA.



Anne-Sophie Pic y Clare Smyth destacan por su amor por la precisión, como Hublot.



CLARE SMYTH

Galardonada exploradora

Tras pulir su destreza en las cocinas de chefs como Paul Rankin, Heston Blumenthal y Alain Ducasse, su talento y dedicación la llevaron a unirse al imperio de Gordon Ramsay. Un hito trascendental en su trayectoria ocurrió en 2007, cuando asumió las riendas del Restaurant Gordon Ramsay en Londres. Ella es la primera mujer en el Reino Unido en dirigir un establecimiento con tres estrellas Michelin.

¿Cuál ha sido el mayor desafío que has enfrentado?

“Aprender a confiar en mi propia visión en un mundo en constante evolución, manteniéndome fiel a mi estilo único y mis creencias personales”.

Trabajaste con chefs legendarios, como Gordon Ramsay, ¿qué aprendiste de él?

“Trabajar con él me enseñó la búsqueda incansable de la excelencia. No se trataba solo de cocinar, sino de liderazgo, disciplina y resiliencia. Los estándares eran increíblemente altos, y esa experiencia me impulsó a confiar en mi motivación, a mantenerme concentrada, incluso, bajo presión y a superarme constantemente, tanto a mí como a mi equipo”.

¿Dónde encuentras inspiración?

“En todas partes, mucho más allá de la comida. Arte, arquitectura, naturaleza, música... incluso simplemente paseando por una ciudad o teniendo una buena conversación”.





Aun cuando ella y el
Sha de Irán estaban
muy enamorados,
al no poder darle un
hijo, él se vio obligado a
repudiarla.

Soraya

LA PRINCESA DE LOS OJOS TRISTES

Su historia de amor con el Sha de Irán fue trágica y la marcó para siempre. Aquí, la vida de la princesa melancólica en su nonagésimo tercer año luctuoso.

POR MARÍA ELENA CROS

Lo que más le llamó la atención a la joven de 18 años durante su primera visita a los apartamentos del palacio de Golestán de Teherán, en Irán, fue un jarrón chino colocado sobre la consola de entrada que parecía darle la bienvenida. Para Soraya, que creía en el destino y que al final de cada comida leía las marcas del café en el fondo de su taza, el objeto adquirió un significado místico. Tanto, que a la hora “de dejarlo todo atrás”, no quiso desprenderse de él. “Fue el primer y último recuerdo de mi vida como emperatriz”, comentó una vez.

No había muchas Sorayas antes de convertirse en una figura internacional. El nombre que ella puso en el mapa significa “pléyade de las siete estrellas”, que en Occidente conocemos como Osa Mayor, y se lo dieron sus padres, Khalil Esfandiary, descendiente de un jefe de la poderosa tribu persa de los bajtiaris, y Eva Karl, alemana protestante nacida en Moscú (su abuelo fue llamado por el zar Alejandro II, para que dirigiera una fábrica de armamentos). Los dos formaron un matrimonio muy unido y Soraya tuvo una infancia amorosa y feliz en Persia.



Ella nació el día que sus padres celebraban su sexto aniversario de bodas, el 22 de junio de 1932, en Ispahán (antigua capital persa), y para que no faltara el sello europeo al acontecimiento, su madre dio a luz en el hospital de los misioneros ingleses.

Los primeros recuerdos de la pequeña Soraya reflejan esa dualidad europeo-musulmana, que hizo de ella un raro ejemplar de mujer en aquel tiempo. Las dos memorias ocurrieron cuando ella tenía seis años. La primera es puramente musulmana: una “sedienta” excursión a caballo a través del desierto, que acabaría con un refrescante pícnic en un oasis. La otra no podía ser más occidental: una víspera de Navidad, cuando, sin ella esperar, sus ojos se llenaron de lágrimas escuchando al coro de la iglesia evangélica alemana cantar “Noche de paz”.

Cuando cumplió siete años, la niña quería ser piloto de aviones, y a los nueve, mientras Mohamed Reza Pahlevi, su futuro esposo, ya tenía 24 años y subía al “trono del pavo real”, ella soñaba con ser actriz de cine.

La sensación de sentirse oriental y occidental, o ni una cosa ni la otra, marcaría su vida.



Soraya y el Sha de Irán protagonizaron uno de los amores más tormentosos de la realeza. Es una pena que no pudieran ser felices juntos.



De pequeña, nunca se sintió iraní con los niños iraníes, ni alemana con los niños alemanes. Por un lado, llevaba a su patria en el corazón: “Pienso en persa, escribo en persa y hablo en persa con mi madre en privado”, contaba. Por otro lado, fue la parte occidental de su personalidad la que definió su vida en su momento más crucial. Después de casi siete años de matrimonio con el Sha de Irán Mohamed Reza Pahlevi y tras un recorrido angustioso por los mejores especialistas del mundo, la reina Soraya no consiguió darle un heredero varón al Sha, así que la pareja se vio obligada a separarse. Entonces el Sha, apremiado por la necesidad de un heredero, pero profundamente enamorado de Soraya, le propuso una solución desesperada. Como musulmán, él podría casarse con otra mujer y divorciarse cuando le diera un hijo varón, pero ella rechazó la idea (“¿cómo puede usted contemplar semejante posibilidad?”, dijo ella). “En mi lugar muchas mujeres persas hubieran aceptado que el Sha tomara una segunda esposa, hubieran preferido ser desgraciadas a renunciar a su posición; pero mi educación europea me salvó de semejante suerte. Yo tenía otro concepto del amor y el matrimonio”, decía Soraya a menudo.

LA DESPEDIDA

Soraya no había cumplido los 26 años cuando “una razón de Estado” la obligó a salir de Teherán el 13 de febrero de 1958. Esa mañana, después de una última mirada a su alrededor, la esposa del Sha abandonó sus apartamentos privados del palacio. Su marido, que la esperaba junto

a la gran escalinata, había insistido en llevarla hasta el aeropuerto de Mehrabad, conduciendo él mismo una limusina negra. En el trayecto ninguno dijo una palabra, pero los dos lloraban. La emperatriz recordó en una ocasión con tristeza las gotas gruesas de lluvia rompiendo sobre el parabrisas... El coche escoltado por motociclistas entró en la pista del aeropuerto y se estacionó frente a un Super Constellation, el avión que usaba el Sha. “Muy pronto estará usted de regreso”, murmuró Mohamed Reza tratando de sonreír. “Tal vez no vuelva nunca”, le respondió ella, también con una triste sonrisa.

La emperatriz de Irán besó a su esposo, descendió del auto y empezó a subir las escalerillas del avión, mientras la guardia imperial le rendía honores a su paso. Dentro del aparato la esperaba su séquito formado por el mariscal de palacio y su esposa, su dama de compañía, y su secretaria; por una de esas casualidades, su padre había ido a Teherán en viaje de negocios y se encontraba en el mismo avión... Pero ella no pudo contarle nada... le había prometido al Sha que no hablaría de su separación con nadie, hasta que el Consejo de los Siete Sabios, en cuyas manos se había puesto el caso, no dijera la última palabra.

Soraya se detuvo a mitad de la escalera, se volvió hacia la limusina negra; y a través del cristal del parabrisas pudo ver el rostro del Sha inundado por las lágrimas. Se quedó allí parada mirándolo... hasta que, súbitamente, los limpia-parabrisas se detuvieron, y el rostro del Sha desapareció detrás de la lluvia que mojaba los cristales. La emperatriz voló a Suiza y se quedó en una *suite* de lujo del Hotel



El Sha le regaló joyas bellísimas a Soraya, quien siempre tuvo la sensación de ser oriental y occidental a la vez, y esto influiría drásticamente en su vida.



Ella era muy atractiva. Cuando el Sha la conoció, fue amor a primera vista. Esa misma noche pidió su mano y poco después se casaron.

Palace de Saint-Moritz, donde todos la creían de vacaciones, y luego se fue a Colonia con sus padres. Después de un mes de recados, conversaciones con emisarios, rumores vagos sobre las deliberaciones del Consejo de los Siete Sabios, llamadas que no llegaban y otras que traían malas noticias, el Sha anunció oficialmente la separación, con un discurso lloroso, y tuvo la gentileza de hacer que escribieran otro para que ella también hiciera el anuncio. Ambos dejaban ver que la emperatriz no sólo había aceptado la separación, sino que, incluso, la había sugerido. La propia Soraya dijo que su divorcio era un sacrificio de su propia felicidad. Como indemnización el Sha le asignó una renta de 300 mil francos (en aquella época unos 7,500 dólares) mensuales, le permitió quedarse con sus joyas, muebles y platería; y firmó un decreto especial otorgándole el título de Su Alteza Imperial, así, la elevaba al mismo rango de sus hermanas. Las embajadas persas recibieron la orden de darle tratamiento de miembro de la familia real. Hasta su último día, Soraya tuvo derecho a pasaporte diplomático, y conservó su precedencia sobre muchos integrantes de la alta aristocracia europea.

Pero hubo más, en 1981, al año de la muerte del Sha, recibió 40 millones de dólares a través de un testamento. El Sha siempre se preocupó por asegurar su futuro. Estando casados, le había regalado fincas, joyas... porque las viudas recibían una parte insignificante de la fortuna de sus esposos.

LA PAREJA PERFECTA

El emperador no había sido feliz en su matrimonio con Fawzia, hermana del rey Farouk de Egipto, que, habituada a los lujos de su país, no se adaptó a la sobriedad de la corte persa, y lo abandonó. Por esa época, Soraya seguía sus estudios en Londres, convencida de que la esperaba un destino peculiar. Quizá por eso no se sorprendió cuando dos primos de ella empezaron a asediarla con sus cámaras y le explicaron que estaban encargados de enviar fotos suyas a Teherán. La emperatriz madre había visto casualmente algunas y había quedado impresionada, pero no eran recientes, y quería estar segura antes de propiciar un encuentro entre su hijo y la bella heredera de la familia Baktiary. Tan pronto las fotos llegaron a manos de la madre del Sha, Soraya fue invitada a Teherán. Era octubre de 1950.

Al día siguiente de su llegada, la emperatriz madre organizó una cena donde asistirían los dos. Soraya, de entonces 18 años, describió así el momento en que se vieron por primera vez: "El Sha hizo su entrada en uniforme de gala de general iraní y yo lo encontré imponente,

magnífico y espléndido. Me enamoré al instante”. Por su parte, Mohamed Reza dispuso que la sentaran en la mesa a su izquierda, “el lado de su corazón”. Esa noche, antes de las 12, el padre de Soraya la despertó para anunciarle que el emperador había pedido su mano. Al día siguiente, se comprometieron y el Sha le pidió matrimonio con una sortija de compromiso de diamantes de 22.37 quilates.

La boda se fijó para el 27 de diciembre no sin cierta oposición, y es que la educación católica y alemana de Soraya provocó desconfianza e incluso algunos clérigos musulmanes llegaron a afirmar que el Sha no debería de casarse con ella. Años más tarde, Soraya reconoció que “no sabía prácticamente nada de geografía ni sobre las leyendas de mi país, tampoco de su historia o de la fe musulmana”. En los dos meses y medio que faltaban para la fecha, el Sha no se separó de su prometida.

Pero hubo una epidemia de tifus en el país y Soraya cayó enferma. La boda se pospuso hasta el 12 de febrero de 1951 en el palacio de Golestán de Teherán. Existe la leyenda de que mientras Soraya estaba enferma, el Sha la llenó de joyas, ¡una diferente cada día!, y siempre escondidas bajo su almohada.

Cuando llegó el gran día, la novia arribó a la ceremonia escoltada por lanceros a caballo, y en medio de una lluvia de copos de nieve. Todavía débil y atiborrada de medicinas, con medias de lana blanca para mantener el calor y envuelta en un vestido de Christian Dior, diseñado con 37 metros de lamé plateado, bordado con perlas, 6 mil piezas de diamantes y 20 mil plumas de marabú, la señorita Esfandiary se convirtió en emperatriz de más de 20 millones de súbditos que desde entonces la llamaron la “rosa de Ispahán”.

Soraya aprendió en Suiza todo lo que una joven de alta posición debía saber sobre buenas maneras, lenguas extranjeras y equitación, justo lo que le hacía falta para desenvolverse graciosamente en la corte.

En septiembre de 1953, como primer viaje oficial al extranjero, la pareja imperial visitó Estados Unidos, y Soraya cumplió su deseo de conocer Hollywood, donde causó sensación entre los ídolos del momento. Robert Taylor y Frank Sinatra la cubrieron de atenciones; Judy Garland y Kim Novak ofrecieron cenas en su honor...

Su pasión por el cine se hizo más fuerte después de su divorcio del Sha, tan sólo siete años después. Se habló de idilios con los actores alemanes Gunter Sachs y Maximilian Schell, y que el aristócrata Johannes von Thurn und Taxis quería casarse con ella.



Soraya y el Sha el día de su boda, el 12 de febrero de 1951. A la izquierda: el anillo de compromiso que él le regaló a la princesa en 1950, hecho con un diamante de 22.37 quilates.

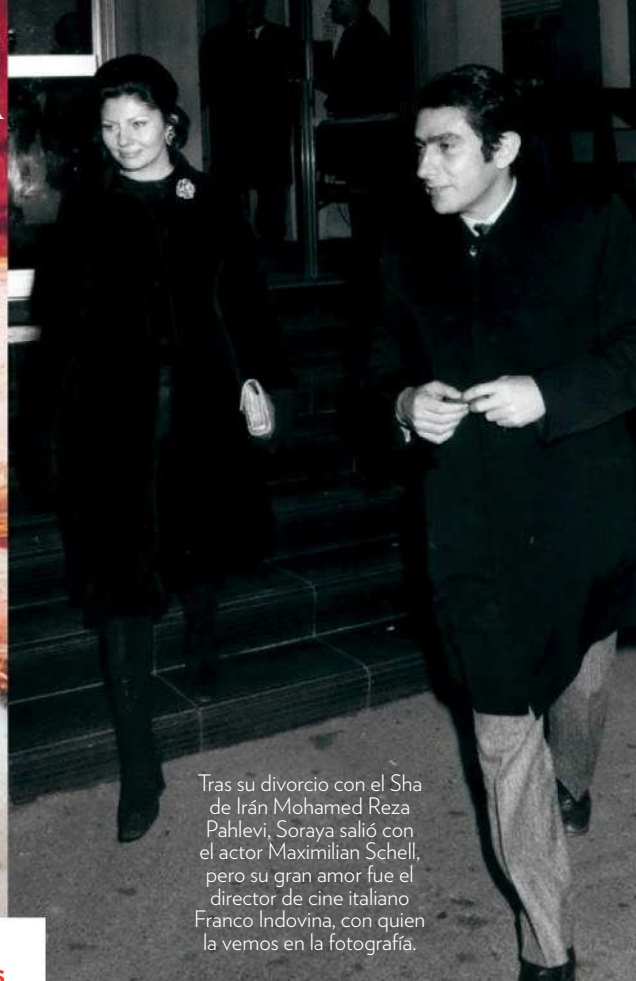


Pero fue en Italia, donde a la vez que realizaba su sueño de actuar en el cine, encontró su segundo amor.

Dino de Laurentiis le había hecho pruebas de cámaras y de actuación y acabó proponiéndole producir *Tres rostros de mujer* (1965), con ella de protagonista. La película tenía tres segmentos y cada uno, un director. Soraya se enamoró perdidamente de uno de los tres, Franco Indovina... y él de ella. Fue un amor apasionado; él tomó clases de francés y ella contrató a un profesor de italiano y aprendió el idioma en seis semanas. Pero Franco estaba casado y tenía dos hijos, y ella se alejó. Dos años más tarde, cuando volvieron a encontrarse, ya no hubo espacio para la separación. Los fines de semana, Franco iba a verla a Múnich, o ella volaba a Roma para reunirse con él, hasta que encontraron un lugar para los dos cerca de Roma. Los domingos abrían su casa para los amigos de él, gente del cine y la literatura, como Marcello Mastroianni y Alberto Moravia. La prensa los siguió en sus viajes por Bali, Indonesia, Marruecos, las islas del Caribe... El mundo entero supo de esta felicidad que duró cinco años. Un día, Franco la invitó a acompañarlo en un viaje de una semana a Sicilia, pero ella le explicó que tenía que ir a Múnich por el cumpleaños de su madre. Se despidieron con un abrazo. Esa noche la despertó el timbre del teléfono... el avión de Franco



Para su enlace con el Sha de Irán, Soraya lució un diseño de Dior que pesaba 20 kilogramos. Tras la ceremonia, la novia portó las joyas de la corona.



Tras su divorcio con el Sha de Irán Mohamed Reza Pahlevi, Soraya salió con el actor Maximilian Schell, pero su gran amor fue el director de cine italiano Franco Indovina, con quien la vemos en la fotografía.

Soraya amó a dos hombres y los perdió a los dos. El destino de esta mujer bella, rica y admirada fue la soledad.

había sufrido un accidente... “Decidí refugiarme en París, en un piso cerca de los Campos Eliseos... Nunca más he vuelto a Roma”, dijo.

Su Alteza Imperial, la princesa Soraya, murió el 25 de octubre de 2001, en París, a los 69 años. Vivió sus últimos años en el número 46 de la avenida Montaigne de París. Fue rica, bella y admirada; solía asistir a las fiestas de la duquesa de La Rochefoucauld y al bar del Hotel Plaza Athénée, cerca de su apartamento, pero en las cosas del corazón no tuvo suerte. Amó a dos hombres y los perdió a los dos. “No voy a decir que Franco fuera mi único amor. El Sha ocupó un lugar primordial en mi vida, fue el primer hombre para mí y eso no se olvida”, tras su divorcio Soraya fue conocida como “la princesa de los ojos tristes”.

En cuanto al Sha, hasta su boda con Farah Diba, con quien tuvo cuatro hijos, se dijo que no había dejado de amar a Soraya y que buscó una reconciliación, pero ella lo negó.

Es irónico, pero el hecho de tener herederos no fue suficiente para que el Sha de Irán se mantuviera en el

poder, tras las revueltas políticas de 1978 y 1979, Irán se convirtió en la República Islámica de Irán. El Sha murió apenas un año después, en julio de 1980 y se dice que

cuando Soraya se enteró de que su exmarido moría de cáncer, le escribió para decirle que lo seguía amando y quería verlo. Él también deseaba verla, pero el encuentro jamás ocurrió. Él siempre la adoró en silencio.

Sobre su vida amorosa, Soraya recordó de él que “el Sha jamás ha dicho ni siquiera una palabra sobre los hombres cuyos nombres se han citado junto al mío. Sólo sé que una vez le dijo a un amigo común que esperaba que yo encontrara un buen marido y fuera muy feliz con él”. Todo parecía indicar que lo único que quedaba del amor que hizo historia en los años 50 era un afecto desinteresado. Pero el tiempo demostró que la verdad era otra, cuando se supo que, de *Tres rostros de mujer*, la única película que filmó Soraya no quedaba ni una sola copia... Se dijo que el Sha, celoso de que su exesposa hubiera encontrado el amor en Franco Indovina, las compró todas y las hizo destruir una por una.



Una escena de la tercera parte de la película *Tres rostros de mujer*. Soraya actuó con Alberto Sordi.

ESCÁPATE

UNA AVENTURA AL SUR DE MÉXICO

Viajar en familia es una de las experiencias más entrañables, y si el destino combina paisajes, cultura, actividades para niños y mucho sabor, la diversión se multiplica. La región sureña esconde tres joyas que prometen obsequiarte recuerdos inolvidables: Bacalar, Oaxaca y Chiapas.

POR ROCÍO FLORES TAPIA



Redescubrir México a través de los ojos de los más pequeños de la familia, sin renunciar al encanto, al confort y al descanso, es posible en estos paraísos. ¿Te animas a dejarte sorprender este verano?

1

BACALAR

NATURALEZA Y PAZ

En el corazón de Quintana Roo se encuentra Bacalar y la mítica laguna de los Siete Colores. Con sus aguas cristalinas, este rincón es ideal para escapar del ajetreo. Aquí no hallarás grandes *resorts*, sino cabañas *boutique*, eco-hoteles y una amplia variedad de actividades acuáticas, como paseos en kayak, *paddle board*, vele-ro o catamarán.

Para disfrutar plenamente en familia, te recomendamos una estancia mínima de tres días, pues su oferta de experiencias mantendrá a todos entretenidos. Un imperdible es el *tour* por la laguna, rodeada de manglares, cenotes y vegetación. También vale la pena conocer el majestuoso Cenote Azul y, más al sur, Los Rápidos, un canal de agua turquesa ideal para flotar entre estromatolitos milenarios.

En tierra firme, el pueblo ofrece el Fuerte de San Felipe, ideal para que los más pequeños imaginen épicas batallas de corsarios. Cerca de ahí, la oferta gastronómica sorprende con una deliciosa mezcla de sabores locales e internacionales. Prueba las marquesitas: rollos crujientes rellenos de queso rallado que se venden al caer la noche.

Para los amantes de la historia, a 50 kilómetros se encuentra la zona arqueológica de Chacchoben, donde las construcciones mayas emergen entre la selva. Con algo de suerte, se pueden observar monos araña en su hábitat natural.



HOTEL CASA BAKAL



Jabón líquido,
**RAW SUGAR
KIDS**, \$135.

Los colores de la laguna de Bacalar han sido equiparados a los de las Maldivas. ¡Les encantarán!



Maleta,
KIPLING

Tenis,
CONVERSE,
\$2,849.



Nuestra recomendación: elige un hospedaje con muelle privado. Una opción es el Hotel Casa Bakal (casabakal.com), ideal para quienes buscan estilo y confort. Si prefieres algo más sencillo, el Hotel Los Aluxes (@aluxesbacalar) dispone de una encantadora zona de juegos para niños en la laguna.

A sólo minutos de Oaxaca está Monte Albán, una antigua ciudad zapoteca que te transporta a un pasado fascinante. Los niños se sentirán auténticos exploradores.



OAXACA

COLOR Y TRADICIÓN

Oaxaca es historia, arte y sabor, y combina una vibrante vida cultural con joyas naturales. Caminar por sus calles empedradas es recorrer una galería viviente: edificios coloniales, mercados llenos de sabores y artesanías que deslumbran por su creatividad. Y si lo tuyo es el buen comer, ¡estás en el lugar indicado!, pues hay restaurantes premiados, como Zandunga (zandungasabor.com) y Tierra del Sol (tierradelsol.mx), aunque las opciones abundan.

Para los niños, Monte Albán es un viaje al pasado zapoteca. También es fascinante San Bartolo Coyotepec, cuna del barro negro, o descubrir los talleres de alebrijes en San Martín Tilcajete (¡tienes que visitar el taller Jacobo & María Ángeles, donde los niños aprenderán de los artesanos cómo se hacen estas criaturas fantásticas) y San Antonio Arrazola, pueblos natales de estas figuras talladas.

Hierve el Agua es ideal para conectar con la naturaleza; contrata un tour

Las cascadas petrificadas y pozas minerales de Hierve el Agua son una experiencia imperdible para grandes y chicos.



Top,
**ROBERTO
VERINO**,
\$3,990.



Falda pantalón,
**CAROLINA
HERRERA**.*



Bolso, **BIMBA
Y LOLA**.*



Anillo Halo,
PANDORA.*

para llegar a sus cascadas petrificadas y sus pozas de aguas minerales.

Planea una estancia de al menos cuatro días en Oaxaca. Si tienes tiempo, extiende la aventura hacia la costa, en Puerto Escondido (a tres horas en auto), con playas como Carrizalillo, clases de *surf* o paseos para avistar delfines. A hora y media de ahí, se encuentra el Parque Nacional Lagunas de Chacahua, con manglares y playas vírgenes. Por la noche, se puede observar la bioluminiscencia, un fenómeno que los deslumbrará. Y no te pierdas Mazunte, un tranquilo pueblo costero, donde se fomenta el cuidado y la conservación de las tortugas. Vayas donde vayas, en Oaxaca tus memorias familiares se volverán eternas.

3 CHIAPAS

BELLEZA Y AVENTURA

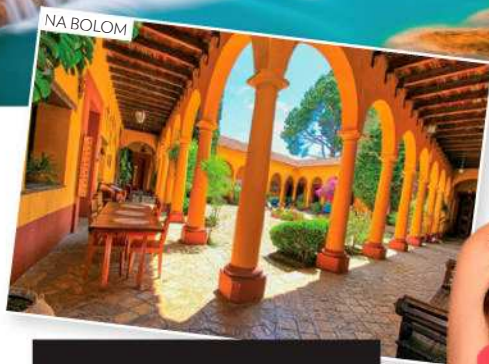
¿Estás lista para sorprenderte? Los paisajes de Chiapas han cautivado a *celebs* como Salma Hayek, pues es ideal para vivir una aventura.

Comienza el viaje en Tuxtla Gutiérrez y haz una excursión al majestuoso Cañón del Sumidero, cuyas paredes verticales se elevan a más de mil metros sobre el río Grijalva. Se recorre en lancha y con suerte podrás ver cocodrilos tomando el sol. Continúa hacia San Cristóbal de las Casas, corazón cultural del estado; en este pueblo mágico conviven comunidades indígenas tzotziles y tzeltales, que mantienen vivas sus tradiciones ancestrales. El lugar ofrece alojamientos, como el sofisticado hotel *boutique* Casa Lum (casalum.com), el Hotel Bo (hotelbo.mx) o el hotel Na Bolom (nabolom.org). Recuerda seguir las indicaciones locales y evitar zonas de riesgo identificadas por las autoridades. En los alrededores, no te pierdas San Juan Chamula, famoso por su iglesia, y Zinacantán, donde las familias muestran el arte del tejido tradicional. Si tienes más de tres días continúa hacia las impresionantes Cascadas de Agua Azul, la majestuosa Misol-Há y las enigmáticas Lagunas de Montebello. En estos parajes, los pequeños y adolescentes explorarán la biodiversidad chiapaneca. Sigue hasta Yaxchilán, ciudad maya escondida en la selva, a la que se accede navegando por el río Usumacinta. El trayecto es simplemente emocionante: los monos aulladores hacen sentir su presencia con un sonido que parece el rugido de un jaguar.

Culmina el viaje en Palenque, donde templos mayas cubiertos de musgo, árboles centenarios y un ambiente místico te harán sentir parte de una película de aventura.



Es mágico ir al Cañón del Sumidero: surcar el río Grijalva en lancha es una experiencia que deja sin aliento.



VIAJA SEGURA

Antes de viajar, infórmate en fuentes oficiales sobre tu destino. Elige *tours* con agencias registradas y guías certificados. Lleva ropa cómoda, sombrero, bloqueador y repelente. No olvides tu identificación y copias digitales de documentos importantes. Recuerda siempre conducir de día y evitar los traslados nocturnos.

POR CYNTHIA LEPPÄNIEMI

Sorpréndete con la comida de Four Seasons Bangkok.

El amor entra por el estómago

Si planeas visitar Asia, Tailandia es un imperdible. Su gastronomía es impactante. Ya sea que te hospedes en Bangkok, Chiang Mai o Koh Samui, Four Seasons Hotels & Resorts tiene un hotel ideal en cada ciudad, con un abanico de restaurantes excepcionales. Para acercarte desde ahora a la gastronomía tailandesa, esta cadena de hoteles te invita a visitar **SomSaa Wine & Tea Room**, en la CDMX, dirigido por la afamada chef Somsri Raksamaran, quien lleva la esencia de su país a cada platillo. Te enamorarás de su menú, su coctelería y sus postres, y seguro saldrás con ganas de comenzar a organizar tu próximo viaje a Tailandia.



EL DESTINO MÁS SUSTENTABLE EN EUA

Washington DC ha sido reconocida como la primera ciudad LEED-Platinum del mundo, debido a su liderazgo en eficiencia energética, gestión del agua y residuos, movilidad sostenible, calidad del aire y bienestar social. Sus políticas verdes benefician tanto a residentes como a visitantes. Desde hoteles que funcionan con energía solar hasta restaurantes que cultivan ingredientes en sus propios techos, visítala y viaja de manera responsable.



El Chinatown más antiguo de Canadá

El Barrio Chino de Victoria, en la Columbia Británica, es un testimonio de la cultura y las tradiciones llevadas a Canadá por los inmigrantes chinos hace poco más de 150 años. En la calle Fisgard puedes observar el arco adornado que marca la entrada al centro de Chinatown, donde hay un templo budista y una escuela pública china, además de increíbles restaurantes y tiendas que te fascinarán. Experimenta la cultura china en Norteamérica.



Disfruta del vino y un lindo atardecer en El Mirador.

FOTOGRAFÍAS: CORTESÍA

¡No te pierdas la vendimia!

Junio es un mes ideal para visitar los viñedos de Querétaro, y uno que te recomendamos es **Puerta del Lobo**, en el municipio de El Marqués, muy cerca de Tequisquiapan. Ahí cosechan variedades de uvas como Malbec, Merlot, Cabernet Franc, Sauvignon Blanc, Verdejo. No te pierdas la vendimia Blanco & Tinto el 28 de junio, o las degustaciones y recorridos que ofrecen todo el año, y deléitate de sus restaurantes en familia.

Puertadellobo.mx





El río Anacostia es un escenario de ensueño que debes conocer.

VERANO AVENTURERO

La capital de Estados Unidos, Washington D.C., es vibrante y ofrece *hot spots* y fabulosas actividades al aire libre para tener unas vacaciones soñadas.

POR NONANTZIN MARTÍNEZ

La aventura al aire libre y el encanto de vivir el 4 de julio son dos grandes razones para visitar Washington D.C., ¡siente la adrenalina correr por tus venas y sorpréndete con las celebraciones del Día de la Independencia! Este destino no sólo es imperdible por sus museos, gastronomía e historia, sino por sus parques, senderos y hermosos ríos Potomac y Anacostia. En verano, las zonas costeras y espacios verdes ofrecen actividades para disfrutar en pareja, con amigos o familia: desde rutas de senderismo, *running* y ciclismo, hasta divinos atardeceres que puedes contemplar en una terraza de moda. Con estos planes, te enamorarás de la capital estadounidense.

1. Remo y kayak en Key Bridge Boathouse

Admira el *skyline* de la ciudad desde el agua. Renta un kayak o una tabla de *paddle* en este lugar y rema por el río Potomac hasta la isla Theodore Roosevelt.

2. Explora Rock Creek Park

El parque es un oasis en plena ciudad. Con sus más de 50 kilómetros de senderos, es

perfecto para caminar, correr o andar en bici. Y tiene zonas para hacer picnic, jugar golf y hasta montar a caballo.

3. Relájate en el U.S. National Arboretum

Si prefieres la contemplación, este sitio te va a encantar por sus jardines temáticos, árboles bonsái y las columnas originales del Capitolio. Es un *spot* divino y perfecto para un paseo tranquilo o un picnic romántico.

4. Pedalea por la ciudad

Súbete a una bici y recorre monumentos y barrios emblemáticos como Georgetown, o sigue el sendero Anacostia Riverwalk y maravíllate con las vistas del río, sintiendo la libertad de explorar a tu propio ritmo.

5. Recorre el canal de Chesapeake y Ohio

Para las entusiastas del senderismo y el ciclismo, es el mejor plan. El camino por el canal Chesapeake y Ohio comienza en Georgetown y se extiende hasta Maryland. No tienes que hacer todo el recorrido, incluso un tramo corto te regalará vistas espectaculares del río Potomac. •

EL MEJOR 4 DE JULIO

Sé parte de la magia de las fiestas con estas recomendaciones.

• Luces en el National Mall.

Aquí se presenta el *show* más emblemático: los fuegos artificiales que iluminan el cielo con tonos y formas espectaculares. Llega temprano y encuentra un buen lugar cerca del Monumento a Lincoln o el Monumento a Washington.

• Crucero por el río Potomac.

Admirar el *show* de luces desde un barco, con cena y música en vivo es uno de nuestros planes favoritos. ¿Algunas opciones? Embark DC Boat Tours y City Cruises.

• **Cena festiva.** Para una vista increíble con un coctel, visita espacios como VUE Rooftop Lounge, Top of the Gate o La Vie. En Sequoia o Nick's Riverside Grill, en Georgetown, cena con el *show* de fuegos artificiales de fondo.

• Hoteles con vista panorámica.

Vive la experiencia total en The Hay-Adams o el InterContinental, en la zona del muelle (The Wharf).

Para planear un viaje inolvidable visita washington.org





ELEGANCIA SERENA

—
Esa es la vibra de esta casa de descanso con espectaculares vistas al océano.
Un pequeño paraíso con mucho carácter e inspiración para escapar de todo.

—
POR DANIELLA CEPEDA

DECORACIÓN



La amplia sala de estar es ideal para conversar y leer. Aquí conviven sofás de Minotti y acentos de mármol.

El concepto que define a esta residencia, en la que se respira una atmósfera envolvente y relajante, es sofisticación, quizá por la armonía cromática en la que conviven suaves arenas, crudos y grises, con glamurosos detalles en negro. Aquí se refugia un matrimonio –con seis hijos– que ama desconectarse del bullicio, y lo hace a través de las magníficas vistas que ofrece este lugar al que llama su segundo hogar. Los espacios diáfanos favorecen la luminosidad y revelan a cada paso el sumo cuidado que Adriana Lacruz y Jorge Fuentes, cofundadores y directores de diseño de FL Interiors Design Studio, imprimieron en cada detalle: desde la elección de distintos tipos de mármol hasta el diseño de piezas hechas a medida, como las mesas o las cabeceras. “La carpintería de nuestros proyectos es como un traje de alta costura, diseñada para cada uno y ajustado a la perfección”, revelan los interioristas, quienes orquestaron el interiorismo de esta joya a plena vista en Sunny Isles Beach, Florida. El resultado es impecable e inspirador. La espaciosa y confortable sala invita el descanso o a beber un coctel para celebrar la vibra costera; el comedor ofrece momentos íntimos y tertulias entre lujosas sillas, vistas de ensueño y una espectacular lámpara que serpentea sobre la mesa; mientras que la habitación principal resplandece con tonos relajantes, diseños sofisticados y paneles laterales de ónix retroiluminado que brindan una iluminación tan cálida, que nos hace querer transportarnos en este instante para disfrutar ese paraíso al máximo.



DECORACIÓN

La recámara principal destaca con el sofisticado diseño del mobiliario y la palillería vertical en tonos claros, que crea textura. La ropa de cama de frente añade lujo.



FOTOGRAFÍAS: GABRIEL VOLPI, CORTESÍA DE FL INTERIORS DESIGN STUDIO. WWW.FL-DESIGNSTUDIO.COM IG: @FL_INTERIORS



En el dormitorio de las niñas lucen delicados tonos rosas y malvas. Las banquetas a los pies de cama son de la colección Jacques de Minotti.

El baño principal es luminoso y en él se puede disfrutar de una ducha energizante frente al mar. La tina es, sin duda, una declaración de estilo.





Set de cuatro copas de vino tinto Manufacture Rock, **VILLEROY & BOCH**, \$2,665.



Set de 16 cubiertos en acero inoxidable, **CROWN BACCARA**, \$1,999.



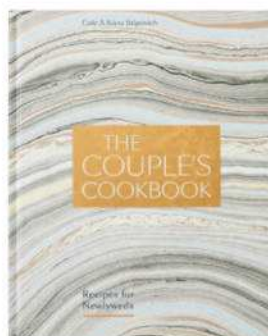
Vela aromática y bandeja de vidrio, \$349 y \$649, respectivamente, **H&M**.



Lámpara Light-Air Tissue, **KARTELL**.*

CONTRASTE DELUXE

Que cada espacio de tu hogar evoque *glamour* y funcionalidad es un lujo.



El libro de cocina de la pareja, **TEN SPEED PRESS**, \$758.



Butaca, **BOCONCEPT**.*



Vinagre balsámico Sangiovese, **FAMIGLIA FIORINI**, \$795.



Cafetera Creatista Plus Origins, **NESPRESSO**.*



Portalibros, **ASSOULINE**, \$3,200.

BRILLO Y COLOR

Aquí se encuentra el secreto mejor guardado para crear piezas hechas a mano, ¡originales y supercoloridas!

Alguna vez, ¿te has animado a bordar? Es un *hobby* que nos encanta porque estimula la creatividad y es ideal para expresarte a nivel artístico. Si ya bordas, conoces la emoción que surge al imaginar un proyecto y verlo convertirse en realidad, puntada a puntada; pero si aún no lo has hecho y tienes curiosidad de aprender, el punto de cruz es muy sencillo para iniciarte en el mundo del bordado. Se trata de una técnica antigua con la que puedes hacer proyectos decorativos ¡y hasta auténticas obras de arte! Este pasatiempo te llevará a crear diseños tan sencillos o exclusivos como prefieras, el secreto de un excelente bordado es utilizar materiales que perduren en el tiempo. El Hilo Perlé N° 8 de **Hilos Omega** es perfecto por sus tonos brillantes y saturados; fabricado en algodón egipcio de alta calidad es, sin duda, un clásico para todo tipo de bordados. ●

El Hilo Perlé N° 8 de **Hilos Omega** te va a encantar por su calidad superior.



www.hilosomega.com.mx
@hilosomega

FOTOGRAFÍAS: GETTY IMAGES Y CORTESÍA.



Hilo perlé no. 8,
Hilo Para Bordar OMEGA
Hilo vela, cuadrillé,
cenefas, bies,
excelente para bordar
tus manualidades
y artesanías



OMEGA DISTRIBUIDORA DE HILOS, S.A. DE C.V. Callejón San Antonio Abad
No. 23, Col. Tránsito, CDMX, 06820, Tels: 555-522-8660 al 64
pedidos@hilosomega.com.mx www.hilosomega.com.mx Hecho en México



Hilo perlé no. 8, Hilo vela el Globo, Hilo vela OMEGA, cuadrillé, cenefas, bies, excelentes para bordar tus manualidades y artesanías

Sucursal Tacuba
Calz. México Tacuba No. 679
entre Mar Egeo y Mar Baffin
Col. Popotla, 11400, CDMX, México.
Tel.: 55 53 99 1986

Sucursal San Ángel
Av. Revolución No. 1877
locales B y C, esq. Altamirano
Col. San Ángel, 01000, CDMX, México.
Tel.: 55 56 16 1991

Sucursal Extremadura
Extremadura, entre Cádiz y Málaga
Col. Insurgentes Mixcoac
03920, CDMX, México.
Tel.: 55 56 15 87 51 y 52

Sucursal León
Ignacio Zaragoza 201, esq. con
Pedro Moreno, C.P. 37000
Col. Centro, León Guanajuato
Tel.: 477 713 3432



OMEGA DISTRIBUIDORA DE HILOS, S.A. DE C.V. Callejón San Antonio Abad No. 23, Col. Tránsito, CDMX, México, 06820,
Tels: 55 5522-8660 al 64 800 70 25 100 pedidos@hilosomega.com.mx www.hilosomega.com.mx **Hecho en México**

Sabores de verano

En esta temporada de calor se antojan recetas frescas y que nos quiten poco tiempo en su preparación. Con colores y sabores deliciosos, estos platillos te invitan a disfrutar del verano al aire libre.

ENSALADA DE DURAZNOS A LA PARRILLA

4 PORCIONES

Ingredientes

- 2 duraznos en medias lunas
- 3 cdas. de aceite de oliva virgen
- 1 cucharada de miel de abeja
- 1 cucharada de jugo de limón
- Sal y pimienta fresca
- 4 tazas de hojas verdes
- 150 g de queso azul
- 150 g de jamón serrano
- 50 g de nueces troceadas

Preparación

1. En una parrilla asa las rebanadas de durazno.
2. Prepara la vinagreta de la ensalada con el aceite, la miel y el jugo de limón. Salpimienta.
3. Coloca en una ensaladera las hojas con los duraznos, el queso en trozos y las rebanadas de jamón.
4. Adereza con la vinagreta y salpimienta si hace falta.
5. Añade las nueces y sirve de inmediato.





TACOS DE CAMARÓN Y AGUACATE

4 PORCIONES (8 TACOS)

Ingredientes

- 400 g de camarones pelados y desvenados
- Jugo de dos limones
- 1 cucharadita de comino
- 1 cucharadita de pimentón
- 1/2 cucharadita de ajo en polvo
- Sal y pimienta al gusto
- 8 tortillas
- 1 aguacate en cubos
- 1 manojo de cilantro o perejil

Preparación

1. Marina los camarones en un bol con el jugo de limón, comino, pimentón, ajo en polvo, sal y pimienta. Deja reposar en el refrigerador unos 15 minutos mínimo.
2. Cocina los camarones en una parrilla o sartén sin aceite, a fuego medio, hasta que estén ligeramente dorados.
3. Calienta las tortillas.
4. Rellena las tortillas con los camarones, el aguacate, cilantro o perejil picado.

5. Sirve de inmediato y acompaña con alguna salsa picante a tu gusto.

HELADO DE NARANJA CON FRUTA

4 PORCIONES

Ingredientes

- 2 $\frac{1}{4}$ tazas de jugo de naranja colado
- 1 $\frac{1}{2}$ cucharadas de jugo de limón
- $\frac{3}{4}$ de taza de azúcar refinada
- 2 tazas de crema entera
- 1 cucharada de gelatina de naranja en polvo

Preparación

1. En un bol combina los jugos de naranja y limón, y el azúcar, mezcla. Añade más azúcar al gusto.
2. Agrega la crema y la gelatina, y amalgama con un batidor de globo.
3. Si tienes máquina de helados, transfiere la mezcla y sigue las indicaciones del aparato.
4. Para hacer el helado sin máquina, viértela en un molde para congelador, sácala y bátela cada 30 minutos durante las primeras tres horas. Deja congelar cuatro horas antes de servirlo sobre una naranja fresca.



RECOMENDACIÓN

La icónica cacerola

Una marca que amamos en nuestra cocina es **Le Creuset**. De origen francés, fue la primera en crear la cocotte o cacerola de hierro colado esmaltado en su icónico color Flame (naranja brillante). En los últimos años comprobamos por qué son las mejores cacerolas para cocinar, pues distribuyen el calor de modo parejo y son como un horno sobre la estufa. Además, amamos su diseño y amplia gama de utensilios en más de 200 colores iadurables! Pues bien, este año Le Creuset celebra su primer centenario con una edición limitada: Flamme Dorée, a la venta en tiendas exclusivas de México. ¡No nos perderemos la nuestra!



Edición limitada
Flamme
Dorée,
**LE
CREUSET***



GRAN SAZÓN

VISÍTALO

En el corazón de la Ciudad de México se encuentra Aquiles, el restaurante liderado por el chef **Aquiles Chávez**, dentro de Casona Roma Norte, con platillos como las tostadas de pulpo con nopales y salsita negra, los camarones al coco acompañados con mango y chamo, arroz y plátano frito, o la mojarrita frita, lista para taquear con frijoles y cebollitas habaneras. La experiencia es muy recomendable, el lugar te encantará. ¿Dónde? Durango 280, Roma Norte, CDMX.



TIP

¿Quieres realzar el sabor de un queso? Algunos vegetales, como las zanahorias o el apio, destacan su sabor. Muchos expertos agregan un chorrito de aceite de oliva a los quesos frescos, y miel a los quesos azules.

PARA EL VERANO

Postre sano

La mayoría de los helados más vendidos en México tiene una alta densidad calórica, según la Universidad Autónoma de Hidalgo, por ello, preparar helado en casa es la mejor opción. **NINJA CREAMi** es una innovadora máquina que hace helados, sorbetes (para mezclas afrutadas y ultrasuaves) y maltadas de manera sencilla. Elige ingredientes más ligeros, como leche vegetal o agua, y experimenta con mezclas sin azúcares añadidos o altas en proteína, además agrega *toppings*, como trozos de chocolate, nueces o fruta. ¿No se te antoja?



Ninja
CREAMi,
NINJA*



UNA NUEVA ERA EN EL TRATAMIENTO DE LA OBESIDAD

Con medicamentos innovadores, la ciencia ha abierto grandes vías para recuperar la salud y mejorar la calidad de vida. El presente y futuro de las terapias para perder peso son alentadores.

POR NONANTZIN MARTÍNEZ

La obesidad no es una elección. Es una enfermedad crónica, compleja y profundamente estigmatizada. Los expertos aseguran que se le ha culpado a la voluntad, al estilo de vida o a la falta de disciplina, como si el cuerpo fuera una simple ecuación de “comer menos y moverse más”. Para los especialistas, la obesidad es un padecimiento crónico complejo y con múltiples causas, como la genética, la biología personal, la alimentación, la actividad física, la salud mental y hasta eventos de la vida, o incluso la ocupación y profesión, y todo ello dificulta su abordaje.

No obstante, la ciencia está haciendo lo suyo y ha empezado a trazar rutas de tratamientos con resultados cada vez más positivos. Se trata de terapias que están revolucionando su manejo con medicamentos avanzados y una comprensión más profunda de lo que realmente significa vivir con obesidad.

Ozempic fue uno de los primeros medicamentos de nueva generación al que muchos pacientes recurrieron para perder peso, y cuyo impacto ha sido enorme. Aunque su indicación es para el tratamiento de diabetes tipo 2, su molécula, semaglutida (análogo de una hormona llamada GLP-1, que se dirige a las áreas del cerebro que regulan el apetito), sí está plenamente indicada para el control de la obesidad, pero en una dosis diferente (semaglutida 2.4 mg), con el nombre Wegovy.

Los diversos estudios a los que se ha sometido este medicamento indican una pérdida de peso promedio de 15% a 17%, pero, además, ayudan a reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares en personas con obesidad y antecedentes cardiacos, y eso es un beneficio adicional muy poderoso para quienes viven con obesidad.

PERDER PESO Y MEJORAR LA SALUD

El sobrepeso y la obesidad pueden comenzar desde la infancia y acompañar a una persona toda su vida. Pero más allá de la estética, se sabe que más de 200 enfermedades están relacionadas con el exceso de adiposidad (grasa corporal), explica el doctor Mauricio Vera, especialista en medicina interna, endocrinología y

metabolismo del Centro Médico ABC, “igual que las metabólicas y cardiovasculares, en un conglomerado que los médicos denominamos enfermedades cardiorenales y metabólicas, como la diabetes tipo 2, la hipertensión arterial, la enfermedad renal crónica y otros padecimientos del corazón”. Y en México, estos males se encuentran entre las principales causas de muerte.

Para que nos demos una mejor idea del panorama, 43% del riesgo de desarrollar diabetes tipo 2 se debe al exceso de peso, y cada vez hay más evidencia que relaciona a la obesidad con ciertos tipos de cáncer. Más de 10, se han sugerido, incluido el cáncer de endometrio, que, en 50% de los casos, está vinculado al exceso de grasa corporal.

El aumento de la obesidad en las últimas décadas explica, en gran parte, por qué estas enfermedades también van al alza. En nuestro país, poco más de 74 millones de personas viven con obesidad: 62 millones se encuentran en la etapa adulta y el resto corresponde a niños, niñas y adolescentes.

NO SE TRATA SÓLO DE ALCANZAR LA TALLA IDEAL...

Sino de reparar o revertir el daño que el exceso de adiposidad ha hecho en el organismo.

Sí, una alimentación saludable y mantenerse activo siguen siendo pilares clave, pero esto no es suficiente cuando se trata de obesidad porque, además, el cuerpo tiene mecanismos complejos que se resisten a la pérdida de peso. Por eso, la ciencia ha desarrollado una nueva generación de fármacos que apoyan este proceso.

Si bien hay casos donde se considera la cirugía bariátrica, no todas las personas desean operarse o son candidatas. Y es aquí donde los nuevos medicamentos para la obesidad están haciendo una gran diferencia.

La gran innovación científica en los últimos años, como ya señalamos, es la semaglutida –molécula que tiene una similitud de 94% con una que nuestro organismo produce en el intestino delgado–, agonista del péptido similar al glucagón de tipo 1 (GLP-1, por sus siglas en inglés) y que regula el apetito, la saciedad y los niveles de glucosa en sangre. Otra molécula que está dando grandes resultados es la tirzepatida, que activa



los receptores de hormonas secretadas por el intestino (GLP-1), además de añadir el polipéptido insulínico dependiente de glucosa (GIP), para reducir el apetito y la ingesta de alimentos.

Hasta octubre de 2024, la FDA había aprobado 11 medicamentos para el tratamiento del sobrepeso y la obesidad. Algunos son de uso a corto plazo y otros están pensados para un tratamiento a largo plazo. Entre los más conocidos se encuentran:

- **Wegovy** (semaglutida): Inyección semanal que reduce el apetito, incrementa la saciedad, reduce los antojos y mejora el control de la alimentación.
- **Zepbound** (tirzepatida): También en inyección subcutánea una vez a la semana, con efectos combinados sobre el apetito y la saciedad.
- **Saxenda** (liraglutida): Una opción diaria con efecto similar a la semaglutida.
- **Contrave** (naltrexona/bupropión): En pastillas, que ayuda a controlar el hambre y también los antojos.
- **Qsymia** (fentermina/topiramato): Se trata de cápsulas capaces de reducir el apetito.
- **Orlistat** (Alli, Xenical): Bloquea la absorción de grasa de los alimentos.

Es importante destacar que los medicamentos para tratar la obesidad no son para todos, y su indicación debe evaluarse cuidadosamente. Están recomendados en personas con un índice de masa corporal (IMC) igual o mayor a 30 kg/m² o, bien, desde 27 kg/m², cuando existen enfermedades asociadas como diabetes tipo 2, hipertensión arterial o apnea del sueño.

Ésta no es una solución mágica, el tratamiento adecuado dependerá del historial clínico de cada paciente, sus objetivos de salud y su respuesta a los fármacos. Por eso, su uso siempre debe estar supervisado por un médico especialista, que indicará un abordaje integral que incluya una alimentación saludable, actividad física, un buen manejo de la salud mental y seguimiento constante. Además, los expertos son claros al respecto:

Actualmente existen diversas moléculas para obtener un manejo integral de la obesidad, enfermedad que desencadena en otros males.

el manejo de la obesidad debe entenderse como un tratamiento de por vida.

Pero la ciencia no se detiene aquí. Actualmente hay fármacos en investigación que prometen pérdidas

de peso aún mayores, de hasta 25%, muy por encima de 3 o 4% que suele lograrse únicamente con cambios en el estilo de vida.

Los tratamientos para la obesidad están avanzando con rapidez, y los próximos años serán clave para definir su seguridad, eficacia y accesibilidad a largo plazo. El verdadero reto ahora es cultural, es decir, romper con los estigmas, dejar atrás los mitos y entender que la obesidad no es sólo una cuestión de voluntad, sino una enfermedad crónica que puede –y debe– tratarse con seriedad, empatía y evidencia científica.



SOMOS LA GENERACIÓN *de Mujeres auténticas*

#MIGENERACIÓN

#MIVANIDADES

SOMOS

como tú

SOMOS

VANIDADES

VISITA

www.vanidades.com

BÚSCANOS EN INSTAGRAM & FACEBOOK

@vanidadesmx

Suscríbete en tususcripcion.com



ROSALINDA
BALLESTEROS

Directora del Instituto de Ciencias del Bienestar Integral de Tecmilenio

Nutre tu bienestar

Muchos factores influyen en nuestro estado de plenitud, pero lo que ocurre en la mesa es crucial para ser felices.

A los mexicanos nos gusta la comida, un tanto porque somos tragones, pero otro porque nos gusta sentirnos felices, fraternos y plenos de bienestar. Compartir la mesa es la manera más humana de convivencia.

La cocina azteca, por ejemplo, pese a ser muy sencilla y saludable, implicaba distintos rituales de comunión, como en casi todas las culturas.

Los musulmanes, si bien son rigurosos con su ayuno en el Ramadán, se preparan y lo concluyen compartiendo alimentos. Y los cristianos, con su pan y vino, “santifican” una hermosa tradición mediterránea.

¿A quién de nosotros no lo ha amenazado su madre o su abuela con desheredarnos si no acudimos a comer en alguna reunión especial? ¿Cuántas veces no nos hemos acercado a platicar con alguien para que no coma solo? Compartir los alimentos es, sin duda, una fuente de bienestar. Y no hablo de ofrecer alimentos, sino de comer juntos, con otras personas.

ES UNA DICHA

El Informe Mundial sobre la Felicidad 2025, presentado en marzo pasado, revela que para ser felices resulta más importante compartir la mesa que el nivel de ingreso o el empleo, por ejemplo.

Los latinoamericanos casi no tenemos ese problema, pues, según el estudio, somos una de las regiones en el mundo que más comemos acompañadas. Basta recordar que México subió este año al *Top 10* de los países con mayores niveles de bienestar (Costa



Rica ocupa el sexto sitio), mientras que Estados Unidos cayó al peldaño número 24, donde los jóvenes se sienten cada vez más solos (26% de los estadounidenses hacen todas sus comidas solos, sí, todas).

Si bien comer en compañía puede deberse a un interés, como cerrar negocios, proyectar una imagen o limar asperezas con el jefe, entre otros motivos, también tiene beneficios emocionales y físicos. Evidentemente, reduce la sensación de soledad, mejora el ánimo, ayuda a combatir el estrés y fortalece vínculos con amigos, compañeros y, primordialmente, con la familia.

En la comida conocemos con mayor profundidad a la otra persona, nos informamos y aprendemos. Ahí conocemos las historias familiares, las tradiciones o las aventuras de cada día.

Hay un verso de una canción que bien refleja esto: “En mi casa hay una iglesia que se llama comedor”. Y es que la mesa, en cualquier cultura, es un lugar sagrado.

Así que te invito a no perder la tradición de comer juntos, en familia o con amigos, aunque sólo sea el *lunch*. ¡Vaya que ayuda a sumar bienestar!





SUSCRÍBETE

Y descubre el mundo

VANIDADES

Recibe 12 ejemplares por sólo \$669



CONTÁCTANOS



55-9085-9000

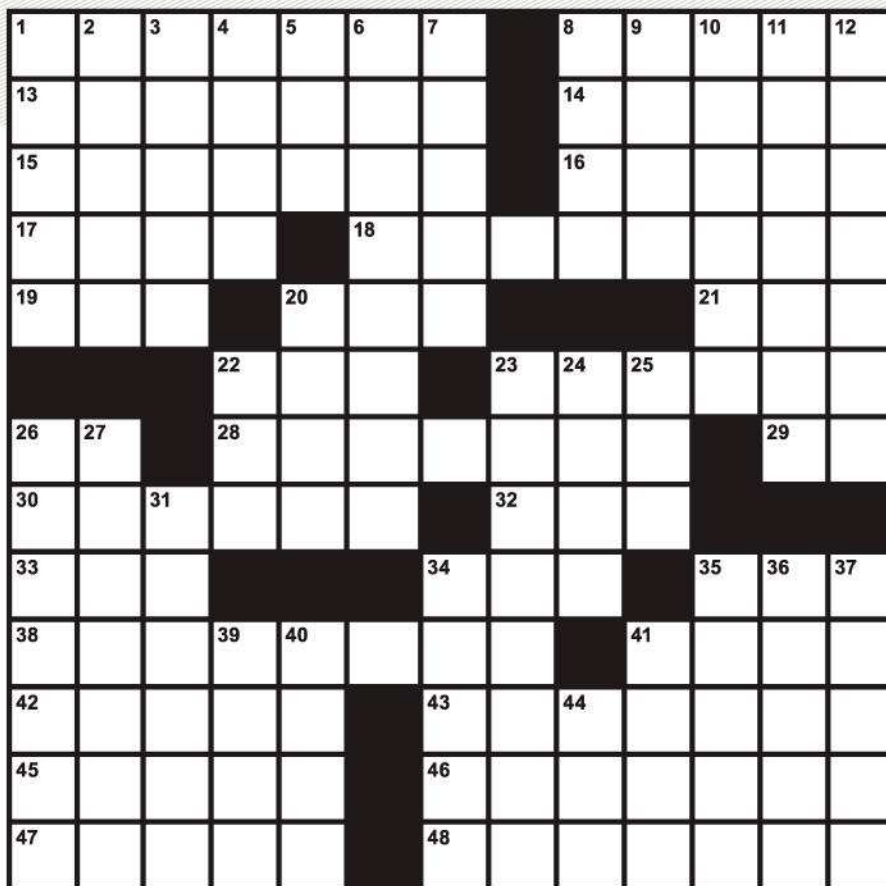


55-7195-4525

Disponible en toda la República Mexicana | Oferta exclusiva para nuevos suscriptores | Pago en una sola exhibición de \$669 | Promoción válida al 15 de julio de 2025
Atención a suscriptores: 55-9344-0404 de lunes a viernes de 9:00 a 18:00 hrs. y sábado de 10:00 a 16:00 hrs.

Verticales

1. Terminó
2. Sustancia irisada en el interior de las conchas
3. Placentera, amena
4. Orilla adornada de ciertas telas
5. Pradería para el ganado
6. Terrible, horrendo
7. Sitio con vegetación, que se encuentra aislado en el desierto
8. Confesor de Carlos IV
9. Palabra inglesa para "fabricado"
10. Reduzco la longitud
11. Colérica
12. Aceitosos
20. Cacahuete
22. Tic _____
23. Hacer una propuesta
24. Nombre femenino
25. "_____ glorias olvidan las memorias"
26. Ahorra
27. Besuqueabas
31. "La _____", monasterio en España donde se alojó Colón
34. Planta cuyo fruto es del tamaño de una nuez común
35. Pone suave como la seda
36. Luciano Pavarotti
37. Planta de olor fuerte y nauseabundo
39. Mohamed _____
40. Niña pequeña
41. Deslucos, maltratas
44. En el juego de cartas Secansa, cartas iguales



Horizontales

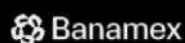
1. Estrecho, limitado
8. Bácaris, escalera
13. Pugna de velocidad entre personas que corren
14. Plantío de maqui
15. Sosiegues, aplaques
16. Ladrillo secado al sol
17. Albornoz
18. Secreto, sigilo
19. Reza
20. De 28, 30 o 31 días
21. Movimiento convulsivo y sonoro del aparato respiratorio
22. Apócope de tanto
23. Peludo
26. Prefijo, denota separación
28. Principado de los Pirineos
29. Punto único del dado
30. Tercia parte
32. Organización Mundial de la Salud
33. Ni esta ni aquella
34. Río del Paraguay
35. Amarra
38. Pájaro apreciado por su carne
41. Campeones
43. "Se queda en una pieza"
45. Elemento químico radiactivo
46. Vigilante
47. Postura de yoga
48. Planta aráceas

**20 AÑOS IMPULSANDO
LA SONRISA Y
EL TALENTO DE ÉL Y
594,838 BECADOS**

20 AÑOS

Bécalos

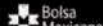
Hay talento, sólo falta apoyarlo.



Actinver



monex



TARDES DE DANZÓN

POR MILAGROS SOCORRO

A dos cuadras del teatro, sus luces brillaban en la noche. Gilberto y Corina habían llegado en taxi y le pidieron al conductor que los dejara a esa distancia. Querían caminar; sentir la brisa fresca en el rostro y adelantar el placer de estar en el teatro. Habían comprado las entradas en cuanto se anunció la gala de aquella cantante que los dos admiraban. Hacía un tiempo delicioso. El cielo estaba estrellado y un vientecillo ligero agitaba el cabello de Corina sin llegar a despeinarla. La pareja avanzaba tomada de la mano. La velada prometía ser maravillosa. Estaban solos, disfrutarían un concierto con toda seguridad extraordinario y luego tenían mesa reservada en uno de los mejores restaurantes de la ciudad. Corina había planificado todo con varias semanas de anticipación, incluido su traje nuevo y aquellos zapatos cubiertos de escarcha dorada.

Un carro se acercó a toda velocidad y Gilberto se paró en seco. El chirrido de las llantas se perdió inmediatamente en una esquina, pero Gilberto siguió paralizado. Estaban a punto de cruzar la calle para llegar a las escaleras del teatro, cuyas luces iluminaban a la pareja. Gilberto respiró hondo y se tambaleó.

—Te asustaste en serio —observó su esposa.

Gilberto no contestó. Ni siquiera la miró o elevó los ojos a las marquesinas. Siguió en silencio y de pronto se inclinó hacia Corina, quien sintió su peso con cierta alarma.

—¿Qué pasa, mi amor?

—No sé —logró balbucear él.

—Entremos al teatro. Al sentarte seguro te sentirás mejor.

Pero Gilberto no llegó al teatro.

Lo único que quería era irse de allí inmediatamente. Algo raro le estaba ocurriendo.

—Ay, no —se lamentó Corina—. No puede ser. Justo ahora. ¿Qué pasa?

Sin escuchar sus reproches, Gilberto detuvo el primer taxi que pasó y abrió la puerta para entrar a él. Corina permaneció unos segundos en la calle. La dura expresión de su rostro evidenciaba su frustración y molestia, pero al ver la cara de su marido a la luz de la cabina del automóvil se dio cuenta de que éste

estaba pálido, y su ojo derecho parecía descendido, como una gaveta salida del riel.

—Al hospital más cercano, por favor. Lo más rápido que pueda —dijo ella y apretó la mano helada de su compañero.

La enfermera sonrió con simpatía cuando escuchó a Isabel Teresa Herrera, mamá de Corina, bromear con su yerno, a quien quería mucho.

—¡Pero si te pareces a María Félix con esa ceja así de levantada, Gilberto!

Gilberto Caro le había gustado desde la primera vez que su hija Corina lo llevó a casa hacía exactamente una década. Era el novio ideal para una muchacha refinada e independiente como su hija. Y los hechos le habían dado la razón. Eran un matrimonio perfecto. Tenían los mismos gustos, jamás discutían, ninguno hacía problema con la excesiva dedicación del otro al trabajo y los dos exhibían un aspecto fenomenal. A sus 36 años —Gilberto y Corina tenían la misma edad— lucían como modelos de revista. Lo único malo, desde la perspectiva de Isabel Teresa, era que no habían tenido hijos. Cómo iban a tenerlos si tanto el uno como la otra pasaban la vida en la oficina, a la que llegaban al amanecer para dejarla sólo cuando ya había anochecido.

—Tiene usted que cambiar de vida —dijo el médico cuando vino a pasar visita—. Por fortuna, no ha sido nada grave, pero, sin duda, es un aviso de lo que podría ocurrir si no toma usted medidas. Y estoy hablando en serio. Su organismo está exhausto. Debe descansar, hacer más ejercicio físico, dormir más y disfrutar la vida. Lo espero la semana que viene en consulta.

Esa siguiente semana Gilberto se quedó en casa. Corina no dejó de ir ni un día a su trabajo. Su marido la animó a hacerlo. Ella estaba ocupada por aquel tiempo en un proyecto muy importante y, total, él estaba bien, sólo tenía que estarse en cama, ver películas que lo relajaran y no le exigieran demasiada atención, y dormir cada vez que le entrara sueño. Ella no tenía por qué abandonar su empleo. Y así lo hicieron, excepto porque Gilberto no sólo vio filmes irrelevantes, sino que, además, sacó del maletín un voluminoso informe que se dedicó a revisar. No veía problema alguno en ello, dado que la

lectura del informe tenía lugar sin levantarse de la cama ni cambiarse la pijama por ropa de calle. Con el mismo criterio atendió las llamadas de su despacho, que el primer día fueron “dos, apenas” y ya el quinto día se producían cada media hora y alargaban por casi ese mismo tiempo.

Pero todo esto no debió afectarlo demasiado porque salió muy bien librado del examen médico. Sólo tendría que acudir nuevamente en un mes y, eso sí, cumplir con una larga lista de recomendaciones que incluían las ya establecidas cuando todavía estaba en el hospital.

—Insisto, y no estoy jugando —le advirtió el doctor—, debe usted cambiar de vida. Cuando ocurre un evento como el que sufrió, en plena juventud, como es su caso, es evidencia de que está sometiendo a su cuerpo y a su mente a esfuerzos más allá de lo sensato. Usted se encuentra entre quienes tienen la suerte de haber recibido un aviso; escúchelo, atiéndalo. No se exponga a regresar al hospital y que entonces el cuadro ya sea grave...

Quizá porque los consejos médicos vinieron acompañados de felicitaciones por su estado de salud en general, su peso, su presión sanguínea, sus análisis de sangre, Gilberto hizo el amago de cambiar, pero sólo al principio; en dos semanas ya estaba sumergido en el trabajo con la intensidad habitual. Y, como solía ser entre ellos, él y Corina persistieron en su cotidianidad, que consistía en llamarse por teléfono todos los días para compartir frases de cariño y apoyo. No lo hacían en casa dado que, generalmente, cuando uno llegaba ya la otra estaba dormida o ambos estaban tan agotados que caían rendidos sin tiempo para intercambiar una frase. Con frecuencia compartían mensajes que les servían para mantener al otro informado de los respectivos éxitos profesionales, de los adelantos en sus proyectos, de los juicios positivos que recibían de clientes y relacionados, de sus formidables aciertos y del dinero que todo esto suponía. Ambos ganaban mucho y no se ocultaban información. En realidad, eran transparentes con el otro en todos los sentidos. No tenían nada que ocultarse: los dos querían comerse el mundo, acumular riquezas que les permitieran

retirarse jóvenes y, entonces sí, viajar por el mundo a cuerpo de reyes. Y esto, claro, exigía mucho trabajo, una gran dedicación y demasiadas horas de reuniones. Ya llegaría el momento de ver el sol...

Antes de que se cumplieran tres meses de aquel ingreso al hospital, que dio al traste con una noche de teatro y cena exquisita, Gilberto cayó desmayado en medio de una junta. Experimentó un mareo tremendo, quiso levantarse para ir al baño a refrescarse la cara con agua fría y se precipitó sobre el inmenso escritorio donde se acumulaban los documentos, las comunicaciones urgentes, los cálculos millonarios y, en suma, la compleja proyección de un futuro magnífico, bien acolchado por la seguridad financiera.

El mismo doctor y la misma enfermera, pero esta vez ni ellos ni su suegra sonreían. Qué había pasado, se dijo mientras intentaba en vano tocarse la barbilla. No pudo. No logró mover la mano. ¡Qué estaba ocurriendo! Gilberto recordaba el ulular de una ambulancia, una sensación de ahogo, un zumbido en la cabeza y luego, nada. Hasta ahora. El frío contacto de los instrumentos del médico lo había sacado del sopor. En la habitación había flores. Sentada en un rincón, Isabel Teresa trataba de concentrarse en la lectura de una revista. Y entonces entró Corina.

—¿Cómo está, doctor? —dijo de modo ansioso, sin precisar si se refería al médico o a su marido.

—Yo, muy bien, gracias. El señor Caro, bueno, sobrevivió, que no es poca cosa. Y seguirá vivo por mucho tiempo, pero ahora sí cambiará radicalmente su vida. Por favor, pase después por mi consultorio.

Tras despedir al médico, Corina se sentó en el borde de la cama. Lo miró. Apretó los labios y desvió la mirada hacia la ventana. Gilberto vio su cabello castaño oscuro brillando con la luz que entraba de los jardines del hospital. Estaba pálida y tenía unas ojeras muy leves como un rastro de seda. Le pareció más hermosa que nunca. Quiso rozar sus mejillas, pero la mano no le respondió. Esta vez tampoco. Dios santo, qué estaba pasando.

Alguien trajo sus papeles de la oficina y Corina los dejó en el estudio, en las mismas cajas donde habían llegado. Sus socios le enviaron

la mejor silla de ruedas que se podía encontrar, eléctrica, con muchos mandos, mullida, con palancas para cambiar de posición el espaldar. Lo mejor, pues. Pero Gilberto no podía accionarla. No de momento. El médico aseguró que con tiempo, mucha paciencia y la fisioterapia adecuada llegaría a manejarla “como un campeón”. Y con más tiempo, paciencia y terapia se levantaría y daría pasos.

—¿Y él habla, doctor?

—Gilberto bendijo a Corina. Esa era la pregunta que él quería hacer. Si pudiera...

—Jamás la recuperará del todo. Se podrá comunicar, dirá algunas frases, pero no volverá a ser el mismo. Tuvo un accidente cerebrovascular, que resultó masivo y muy agresivo. Los daños, lamentablemente, han sido considerables.

Así que ya estaba en casa. Incapaz de mover los brazos y las piernas, y hablando como un disco dañado. Un auténtico desastre.

“He debido morirme”, pensaba. “Para qué he quedado como un estúpido muñeco, que no puede moverse según su voluntad, que apenas si logra retener los alimentos en la boca sin babear como un bebé, que no sirve para nada... Qué horrible castigo. He dejado de ser quien era. No trabajo, no tengo proyectos, retos ni ningún panorama de expectativas. He dejado de ser un hombre”.

Las primeras semanas fueron un infierno. Con miradas, con ojos cerrados con fuerza, con un rictus en los labios, con un balbuceo ininteligible, Gilberto convenció a Corina de que nada remediaría estar cautiva en la casa. Por lo que debía salir. Debía ir al trabajo. Debía continuar con su vida. Y eso fue lo que hizo. Gilberto quedó en casa asistido por una enfermera y una empleada doméstica. Tres veces por semana recibía, además, la visita del fisioterapeuta, que prácticamente se lo echaba al hombro para obligarlo a hacer las rutinas, tal era la postración anímica de Gilberto. No tenía fuerzas ni para despertarse por las mañanas. Se pasaba horas mirándose las manos, como si la fuerza mental, la tristeza y la rabia pudieran inducir las al movimiento que había perdido en el ataque cerebral. Tuvieron que pasar muchos meses para que dejara de farfullar en

su media lengua contra los ayudantes y muchos más para comenzar a colaborar mínimamente en las terapias y tratamientos.

El primer indicio de un cambio fue su mirada: un día empezó a ver a los ojos a quienes tenía alrededor. Simplemente, hizo contacto visual. Dejó de clavarlos en un rincón o a dedicar ráfagas de odio desde el fondo de su mirada.

Las jóvenes que lo cuidaban, sobre todo la enfermera, interpretaron esto como un excelente viraje en la situación. Y no sólo lo celebraron, sino que en lo sucesivo adoptaron la costumbre de invitarlo a estar con ellas en las horas que antes se pasaba solo, dormitando o rumiando su autocompasión. Todas las tardes, en vez de abandonarlo a esas sietas de lasitud y melancolía, lo llevaban en su silla de ruedas a la cocina para ver la tanda de telenovelas de la tarde. Al comienzo, Gilberto suspiraba de impaciencia y rebeldía, pero llegó el día en que empezó a seguir más que las tramas, los comentarios de Célica y Adelaida, como se llamaban la encargada de mantenimiento y la enfermera, respectivamente. Nombres, por cierto, que él no se había molestado en indagar ni en retener.

—Total, si no puedo pronunciar ni una miserable sílaba como Dios manda”, pensaba Gilberto.

—Tu pareja dará el primer paso hacia adelante con el pie izquierdo; y tú, entonces, darás uno hacia atrás con tu pie derecho. Con paciencia, no hay apuros.

Las muchachas estaban enlazadas para el baile. Célica, uniformada con un vestidito de algodón rosado y un delantal, y Adelaida con su traje de enfermera. La primera daba indicaciones a la segunda para bailar el danzón.

—En el segundo paso, desliza tu pie derecho hacia adelante. Hazlo muy lentamente, estirando el pie y rozando el piso. Es como si estuvieras barriendo el suelo con la planta del pie izquierdo.

Todas las tardes, al finalizar la telenovela, las chicas apartaban las sillas (incluida la de ruedas), ponían música y empezaban la lección. Célica era una virtuosa del danzón. Nadie diría, al verla afanada con la escoba, que podía deslizarse con

tanta donosura por un salón con zapatos de baile. Gilberto las observaba sin perder detalle. En toda su vida jamás había bailado un danzón, ni siquiera se había detenido a escuchar uno. Entonces le pareció maravilloso, una música seductora, envolvente, extraordinariamente evocadora. Era como si al bailar o escucharlo con atención uno fuera otra persona, alguien que había vivido en el pasado y experimentado las más dulces y fuertes emociones. En cierta manera, él había sido otro en el pasado, alguien de quien ya casi no quedaba nada. Ni siquiera su matrimonio. Corina mantenía su trato afectuoso y considerado hacia él, pero cada día estaba más lejana, más reconcentrada en sus propios asuntos, más absorbida por las exigencias profesionales, un mundo del que ya Gilberto no participaba y que había dejado de interesarle. Podía decirse que ya no eran más que grandes amigos que viajaban en un mismo barco hacia el olvido.

—Das un paso lateral y uno hacia adelante o atrás...

Al terminar cada danzón se volvían hacia Gilberto para asegurarse de que estaba cómodo, si quería algo o si tocaba administrarle un medicamento. Fue así como un día notaron que el paciente seguía el ritmo con los pies. Celebraron el avance con exclamaciones y grandes aplausos.

—Ha llegado la hora de ponerse de pie, señor —sentencio Adelaida, y procedió a llevar a cabo su determinación.

No fue fácil. Hacía mucho que no estaba en pie. Pero ya había reunido toda la voluntad para hacerlo. Y una vez levantado de la silla, deseó con todas sus fuerzas dar el primer paso. Su antigua presencia de ánimo parecía estar de regreso. En cuestión de semanas volvió a caminar. Inclinado como un barco encallado en la playa, arrastrando un pie y de medio lado, como si fuera a caerse, pero estaba andando.

—Ahora sólo le falta bailar —concluyó Célica. Dejó el paño de limpiar en la mesa para aferrar el brazo de su patrón y ponérselo alrededor de la cintura—. Deténgase un momento. Mantenga derecha la columna. Dé un paso hacia adelante. Con gracia, lentamente.

Todos los viernes, a las cinco de la tarde, los aficionados al danzón se daban cita en la plaza de un pueblito ya anexado a la ciudad en su

indetenible expansión. Esa era la razón por la que Célica no trabajaba después del viernes al mediodía. Debía acicalarse para ir al danzón.

La primera vez que Gilberto fue con Célica y Adelaida ocurrieron dos cosas que lo dejaron perplejo: la primera fue que sus empleadas no actuaban como tales al cambiarse los uniformes de trabajo por vistosos trajes de fiesta, de manera que al llegar a la pista de baile las dos se alejaron con sus parejas y lo dejaron solo para que se desenvolviera como pudiera; y la segunda fue Claudia Barattini. Gilberto había olvidado que una mujer pudiera ser tan hermosa y convocar tantas virtudes.

Claudia Barattini era maestra de primaria. Había aprendido a bailar danzón desde niña al ver a sus padres. Ciertamente, era hermosa y grácil; y al saber que era una gran practicante del danzón, era un milagro que estuviera allí, al borde de la pista, vestida con primor, y sola. ¡No había nadie a su lado! Gilberto odió su torpe manera de caminar, ese pie que parecía imantado al piso, siempre a rastras. No supo de dónde sacó bríos para acercarse a ella. Salvó la distancia con el corazón en la boca, convencido de que llegaría tarde a su lado, que en cualquier momento aparecería un hombre para tomarla de la mano y llevarla a bailar. Pero nada de eso ocurrió. Claudia Barattini lo miró en silencio antes de aceptar la invitación. Le había llamado la atención la calidad del traje de Gilberto, nada que ver con la sencillez y humildad de la indumentaria imperante en el lugar.

No se separaron en toda la noche. Claudia resultó aún mejor maestra que Célica, lo cual ya era mucho decir. Al viernes siguiente volvieron a encontrarse. Y lo mismo la otra semana, la que siguió a ésta y la de más allá. Sólo se veían allí y únicamente hablaban de danzón. Ninguno de los dos mencionó la posibilidad de encontrarse en otro lugar, tampoco platicaban de su vida fuera de los confines del baile. Gilberto sabía que Claudia era maestra y tenía muchas razones para pensar que era soltera. Y ella tenía claro que él había sobrevivido una severa complicación de salud, que era poseedor de un notable guardarropa y que estaba de vuelta

de un intenso y prolongado sufrimiento. También tenía cierta noción de que él llegaba a la plaza en compañía de dos jóvenes que inmediatamente se desentendían de él.

Con el paso de los meses, Gilberto ganó soltura en el ritmo y su movilidad mejoró. El fisioterapeuta comentó que el baile parecía ser mejor remedio que sus agotadores ejercicios y dolorosos masajes. Corina, por su parte, sospechó de inmediato que no todo el mérito era del danzón.

—Hay alguien, ¿verdad? Alguien especial —le dijo Corina una noche en que cenaron juntos después de más de un año de no reunirse a esa hora.

—Sí —dijo él, y entonces cayó en cuenta de que Claudia era más que una compañera de baile.

Corina se levantó de la mesa, besó a su esposo en la frente y se encaminó a la salida del comedor.

—Mañana mismo iniciaremos los trámites del divorcio —le dijo desde la puerta y le sonrió con dulce languidez.

Gilberto se limitó a asentir.

Cuando terminaron los acordes de “Tres lindas cubanas”, Gilberto mantuvo asida la mano de Claudia y la apretó un poco más.

—Quiero hablar contigo. Vayamos a cenar después del danzón, ¿te gustaría?

La respuesta de ella no fue positiva. No rechazó la invitación, pero tampoco la aceptó.

—¿Qué te ocurre? —quiso saber él. Claudia bajó lentamente la mirada.

—¿Qué pasa? ¿Estás comprometida con alguien y no te atreviste a decirme?

—No —respondió ella y la voz le temblaba—. Tú eres quien está comprometido.

En ese momento empezó a sonar el danzón “Aquilino”, uno de los favoritos de Gilberto.

—No —le dijo él al tiempo que la miraba a los ojos—. No hay nadie más en mi vida que tú.

Claudia apoyó su cabeza en el pecho de Gilberto.

—Ven a cenar conmigo luego del baile, te lo ruego —repitió él la invitación—. Te contaré una historia que inicia una noche de mi vida anterior...





Arte infinito

En un evento extraordinario, la legendaria casa romana de alta joyería, Bvlgari, rindió un homenaje al arte, la metamorfosis y la belleza eterna a través de su emblemático símbolo: Serpenti. El Museo Kaluz de la CDMX fue el escenario para esta celebración, en la que la firma reiteró su conexión con el universo del arte. La experiencia integró distintas maneras de expresión artística: la interpretación de la pianista Ana Gabriela Fernández, la voz maravillosa de la cantante Fela Domínguez y, a modo de prelude a la exhibición *Euforia*, se pudo disfrutar de la obra "A través de las formas", de la artista plástica mexicana, Eva Vale. La cena fue concebida a tres manos: Gabriela Ruiz, Vicente

Torres y Paulina Abascal, chefs que orquestaron un menú inspirado en la mezcla de la cultura local y las formas sinuosas de Serpenti. La Prima Ballerina mexicana, Greta Elizondo, culminó el evento con un sublime despliegue artístico, y, para finalizar, se brindó con un coctel exclusivamente creado para la ocasión.



El Museo Kaluz fue el escenario perfecto para celebrar Serpenti Infinito, de Bvlgari, una experiencia dedicada al arte.



El regalo favorito de Isabel

Se sabe que la reina Isabel II de Inglaterra recibía miles de regalos, pero no podía quedarse con todos. Especialmente, había que destruir cajas de chocolates, dulces y vinos, ya que podían haber sido envenenados. Entre sus obsequios favoritos estaba una sombrilla transparente que costaba sólo 20 dólares y le permitía ver a su alrededor cuando se protegía de la lluvia o el sol. Según se oyó decir a la reina, ese era el mejor regalo que había recibido y, por eso, llegó a comprar varios modelos similares. ¡Cuánto extrañamos verla!

SOLUCIÓN DEL VANIGRAMA

A	N	G	O	S	T	O		A	M	A	R	O
C	A	R	R	E	R	A		M	A	C	A	L
A	C	A	L	L	E	S		A	D	O	B	E
B	A	T	A		M	I	S	T	E	R	I	O
O	R	A		M	E	S				T	O	S
				T	A	N		P	I	L	O	S
A	B			A	N	D	O	R	R	A		A
T	E	R	C	I	O			O	M	S		
E	S	A					A	P	A		A	T
S	A	B	A	N	E	R	O		A	S	E	S
O	B	I	C	E			E	N	A	J	E	N
R	A	D	O	N			C	E	L	A	D	O
A	S	A	N	A			A	R	I	S	A	R



PORTALES ENERGÉTICOS

¿Quieres entender la magia de los números y cómo utilizarlos a tu favor?
Sigue leyendo porque estos portales pueden mejorar algunos aspectos de tu vida.

POR MÓNICA DE LA TORRE

Si te gustan los horóscopos, haces yoga o tienes alguna práctica holística en tu día a día, probablemente has escuchado hablar sobre los números angelicales, los portales energéticos o la numerología pitagórica. En este artículo, me gustaría introducirte en las bases de la numerología para que entiendas su aplicación en la vida cotidiana.

Pitágoras, padre de la aritmética y filósofo, además de sus aportes a las matemáticas helenísticas, solía compartir con sus alumnos su comprensión de

los números: creía que eran entidades con cualidades y representaban la energía del mundo. Ejemplo de ello es el número 1, que simboliza los inicios, “es algo entero e indivisible”. También se asocia con la soltería, la independencia e incluso con el ego, o el “yo”. Pitágoras llevó a cabo ese análisis con cada número. En sus tiempos, las matemáticas no se separaban de los rituales o las creencias espirituales, como ocurre hoy día. Y la numerología es precisamente el intento moderno de recuperar la visión filosófica y espiritual de los números.

EL NÚMERO QUE TE RIGE

A partir de las enseñanzas de Pitágoras puedes obtener tu número de camino personal, y es que nuestra fecha de nacimiento nos muestra el tipo de vivencias que experimentaremos. Es muy sencillo obtenerlo, lo único que tienes que hacer es reducir la fecha a un sólo múltiplo. Es decir, si naciste el 27 de enero de 1980 el número que te representa es el 1. Con este ejemplo podrás entenderlo con claridad:

Fecha de nacimiento:
27 de enero de 1980
 $(2 + 7) + 1 + (1 + 9 + 8 + 0) =$
 $(9) + 1 + (1 + 8) =$
 $9 + 1 + 9 =$
 $(1 + 9) =$
 $(1 + 0) =$
Número de camino: 1

Como puedes observar, cada número se debe reducir a un dígito entre el 1 y el 9, la base a partir de la cual todos los números se construyen. ¡Y cada uno tiene un significado único! Pero hay más, pues los números maestros, también conocidos como angelicales, son aquellos que repiten varias veces un número puro, como el 11, 22, 33, etcétera. Por ejemplo, el 11 tiene la energía del número uno y conserva la energía del 2, es decir, la suma de 1 más 1. Entonces, si el 1 simboliza la energía del “yo” y el 2 es la energía “de los otros”, el 11 tiene un doble propósito, como creía Pitágoras. ¿Y qué pasa cuándo somos conscientes de los números maestros? Pues éstos nos abren portales para actualizar nuestra energía e impulsar nuestro mayor potencial.

IDENTIFICA LOS NÚMEROS MAESTROS

Debes saber que una vez al mes se abre un portal poderoso que puedes usar para decretar y atraer bendiciones a tu vida. Para saber cuándo comienza un portal es necesario que el día y el mes sean del mismo dígito; por ejemplo, el 7 de julio el día y el mes se alinean, así que debes estar atenta. Pronto se acerca un portal especial, y es que al reducir los números de 2025 ($2+2+5=9$) obtenemos la energía universal 9, que significa que el portal más influyente que tendremos será el próximo 9 de septiembre, ya que esta fecha representa un número maestro: 9/9/2025. ¿No es increíble?

Con este listado conocerás el significado básico de cada número y comprenderás mejor para qué sirve cada portal.

Números maestros y su significado

- 1** Representa inicios, homogeneidad, independencia, soltería, confianza y voluntad.
- 2** Es unión, amor, conexión, polos opuestos o complementarios, servicio.
- 3** Simboliza comunicación, intermediarios, espiritualidad, artes, fortuna y música.
- 4** Ejemplifica orden, estructura, compromiso, lealtad y masculinidad.
- 5** Es creatividad, ventas, expansión y curiosidad.
- 6** Representa amor, sanación, maternidad, fidelidad, conexión profunda y familia.
- 7** Es propósito, alineación con lo divino, estudios, ciencia, descubrimientos.
- 8** Se asocia con karma, ciclos, negocios, dinero, abundancia y cosecha.
- 9** Simboliza final, cierre, sabiduría, dones, integración del aprendizaje.

Te dejo como ejercicio obtener tu número de camino, una oportunidad para reflexionar cómo es que esta energía se ha visto reflejada en tu vida y a partir de ahora cómo sacarle provecho.



MÓNICA DE LA TORRE

Tarotista, astróloga
y fundadora de Monica's Tarot

IG @MonicasTarot

HORÓSCOPO

POR ARALY MENDOZA VELÁZQUEZ



Anillo,
SUOT
STUDIO*.

¡FELICIDADES,

Angelina Jolie!

La actriz cumple 50 años el 4 de junio.

Géminis

21 de mayo - 20 de junio

Júpiter se despide de ti con un mes de cosecha; analizas y haces introspección de los aprendizajes que tuviste a lo largo del año y estás satisfecha. Podría darse una promoción. Sin duda, es un mes lleno de afecto y amor.

Ritual de mes

Celebra con amigos el antiguo ritual de verano de la noche de San Juan. El 23 de junio, para amanecer 24, prende un pequeño fuego seguro, escribe deseos, arrójalos al fuego y salta al otro lado para cumplirlos.



Cáncer

21 de junio - 22 de julio

El 9 de junio Júpiter, el planeta de la fortuna, llega a tu signo y te acompaña por un año abriéndote caminos y oportunidades; hace 12 años ocurrió un tránsito similar, iconfía en los cambios que trae!



Leo

23 de julio - 22 de agosto

El trino de Marte y Venus aviva las llamas del amor, pon atención en los signos de Acuario, Tauro y Libra para encontrar pareja. Tendrás buenas ganancias. Del 13 al 15 de junio evita actividades riesgosas.



Virgo

23 de agosto - 22 de sep.

No te frustres si en tu profesión o negocio aún no ves los frutos esperados, vas por buen camino, ten confianza y paciencia. Estarás muy receptiva en tus conexiones emocionales, y el amor se hace presente.



Libra

23 de sep. - 22 de octubre

Sientes que tus necesidades no son escuchadas, pero tú sí debes darlo todo, en este mes aprendes a valorarte y marcar límites sanos, en todos los aspectos de tu vida. Reinventas tu outfit y estilo.



Escorpión

23 de octubre - 21 de nov.

Los grandes logros necesitan tiempo y perseverancia, dale más oportunidad a ese proyecto que apenas va comenzando; por más fuerte que sea tu intuición, pregunta y comunica tus dudas y necesidades.



Sagitario

22 de nov. - 21 de diciembre

La energía planetaria cambia a tu favor y muchas trabas y bloqueos se liberan, ¡por fin sientes que avanzas en tus metas! Se abre la posibilidad de un viaje al extranjero. Una persona despierta tu interés.



Collar,
POMELLATO*



Capricornio

22 de diciembre - 19 de enero

Cambias tu manera de pensar y quieres acumular menos cosas y vivir más experiencias, vendes algún bien para tener mayor liquidez y llevar a cabo tus planes. Valoras a tus amigos sinceros.



Acuario

20 de enero - 18 de febrero

Tu energía es admirable, pero no todo necesita atención inmediata, prioriza tus responsabilidades y delega a los demás para tener una relación más sana entre trabajo y bienestar personal. Viajas en pareja.



Piscis

19 de febrero - 20 de marzo

Empieza un trimestre dorado y mágicamente las cosas que deben ser, se dan con facilidad y las que no, no. No pierdas tiempo en caminos cerrados. Vives un periodo de descanso y te enfocas en ti misma.



Aries

21 de marzo - 19 de abril

Sé responsable pero tampoco te sobrecargues, da prioridad a tu bienestar físico y baja el estrés. En tus finanzas es importante reflexionar antes de tomar una decisión apresurada. Expresa tus sentimientos.



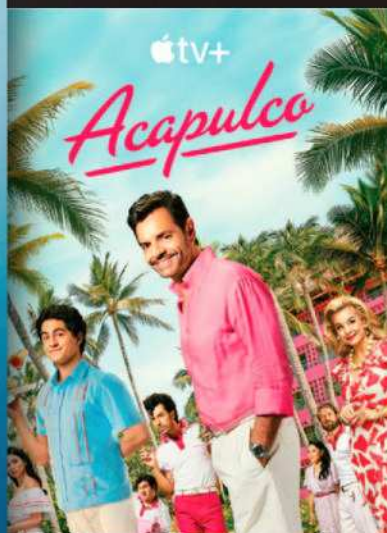
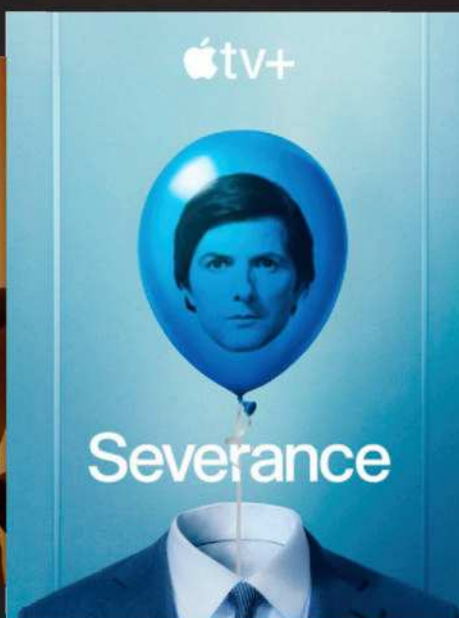
Tauro

20 de abril - 20 de mayo

Con mucha determinación querrás tomar la delantera ante logros que muchos ambicionan, tu desempeño brilla por sí sólo, pero apóyate también en tus relaciones sociales. Debes bajar la guardia en el amor.

apple tv+ en izzi

descubre **el wow**
de ver grandes celebridades



incluido a partir de **200 megas**

desde

\$699 / mes
al domiciliar

con hasta **200 canales**

vix
Premium

max
básico con anuncios

durante 12 meses

sky sports



800 120 4000
izzi.mx

llévatela **fácil**, llévatela **izzi**

izzi!

El precio de \$699 es durante 6 meses, al 7mo mes el precio es de \$800. Consulta términos, condiciones y velocidades promedio de descarga en hora pico en izzi.mx. Velocidad sujeta a cobertura.



PORQUE EL **ESTREÑIMIENTO** PUEDE ALIVIARSE
EN CUALQUIER **ETAPA DE LA VIDA**



Una rápida solución son los
SUPOSITORIOS SENOSIAIN:
efectivos en cualquier etapa
de la vida y suaves hasta
para los bebés.

**SUPOSITORIOS
SENOSIAIN®**

**RÁPIDO Y SUAVE
ALIVIO AL ESTREÑIMIENTO**



www.otcsenosiain.mx

EN CASO DE DOLOR ABDOMINAL O SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS, CONSULTE A SU MÉDICO.
REG. NO. 68960 SSA VI. CLAVE DE AUTORIZACIÓN: 173300201B1604

Senosiain®



Esta REVISTA fue DESCARGADA de JAROCHOS. Puedes
accesar a nuestro GRUPO PRINCIPAL en TELEGRAM a través
del Grupo de paso

@PurgatorioJarocho
<https://t.me/purgatoriojarocho>

En Jarocho NO promovemos ni incentivamos el uso inadecuado de autoría intelectual, solo compartimos material que ya se encuentra en Internet con una simple búsqueda en cualquier buscador o en sitios como PDFMagazine, WordlMagz, etc.
Si piensas que se están socavando tus derechos de autor mándanos un mensaje (con previa identificación como portador de los derechos sobre el material reclamado) solicitando la retirada del material.